

**Ежедневное меню основного питания
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад комбинированного вида № 9» города Сорочинска Оренбургской области**

на 21 марта 2024 года

Возрастная категория: 1.5-3 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	7.1	4.4	17.9	136	44
	Кофейный напиток	180	0.12	-	6.8	37.6	47
	Хлеб пшеничный	20	1.08	1.2	15.8	61.8	
	Масло сливочное	5	0.1	3.8	0.1	44.6	
Итого на завтрак		355	8.4	9.4	40.6	280	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	2.1	0.1	10.15	70	49
Итого на второй завтрак		150	2.1	0.1	10.15	70	
Обед	Суп с клёцками	150	1.65	2.45	18.55	109.4	5
	Голубцы ленивые	130	7.5	7.45	14.9	180.3	19
	Хлеб ржаной	55	3	1.1	21.3	78.4	
	Кисель	150	0.7	-	7.05	31.2	53
Итого на обед		525	13.65	13	68.1	456.3	
Полдник	Творожная запеканка	50	3.8	4	16.1	107.5	61
	Молоко	150	2.5	3.05	14.35	102.5	46
Итого на полдник		200	6.3	7.05	30.45	210	
Итого за весь день:		1230	30.45	29.55	149.3	1016.3	

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшенная молочная	200	9.1	7	27.9	186	44
	Кофейный напиток	180	0.52	-	8.4	67.6	47
	Хлеб пшеничный	25	1.08	1.2	15.8	61.8	
	Масло сливочное	7	0.1	3.8	0.1	44.6	
Итого на завтрак		412	10.8	12	52.2	360	
Второй завтрак	Сок фруктовый	180	2.7	0.8	13.05	90	49
Итого на второй завтрак		180	2.7	0.8	13.05	90	
Обед							
	Суп с клёцками на мясном бульоне	180	2.9	8.9	28.85	159.8	5
	Голубцы ленивые	200	9.9	10.5	18.75	259.7	19
	Хлеб ржаной	73	3	1.1	21.1	78.4	
	Кисель	180	1.5	-	11.05	41.6	53
Итого на обед		693	18.8	23	91.35	630	
Полдник	Творожная запеканка	70	3.9	6.35	16.1	105.8	61
	Молоко	180	4.3	2.65	23.05	164.2	46
Итого на полдник		250	8.2	9	39.15	270	
Итого за весь день:		1535	40.5	44.8	195.75	1350	