

**Ежедневное меню основного питания
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад комбинированного вида № 9» города Сорочинска Оренбургской области
на 15 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	Суп вермишелевый молочный с маслом	150	7,1	3,4	17,9	145	40
	Чай с молоком	180	0,12	-	6,8	28,6	52
	Хлеб пшеничный	20	1,08	2,2	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	Овощной салат	40	2,7	0,1	9	80	31
	Борщ на мясокостном бульоне	150	3,8	6,8	6,8	91,4	1,8
	Рыба тушёная с овощами	60	4,9	8,3	7,55	105,9	17
	Гороховое пюре	110	1,7	2,3	25,1	102,3	26
	Хлеб ржаной	55	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Кисель	150	0,5	-	6,8	48,6	53
Итого на обед		565	14,68	18,7	71,05	490	
Полдник	Пряник	50	3,8	4	16,1	107,5	
	Ряженка	150	2,5	3,05	14,35	102,5	
Итого на полдник		200	6,3	7,05	30,45	210	
Итого за весь день:		1270	31,48	35,25	152,25	1050	

Возрастная категория: 3 – 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Суп вермишелевый молочный с маслом	200	7,5	7	25,5	195	40
	Чай с молоком	180	2,12	-	10,8	58,6	52
	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	Овощной салат	60	2,8	0,2	12	90	31
	Борщ на мясокостном бульоне	180	4,6	9,1	9,8	135,4	1,8
	Рыба тушёная с овощами	80	5	9,2	11,55	128,9	17
	Гороховое пюре	130	3,6	3,3	31,1	118,3	26
	Хлеб ржаной	73	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Кисель	180	1,82	-	11,1	95,6	53
Итого на обед		703	18,9	23	91,35	630	
Полдник	Пряник	70	3,8	6,35	16,1	105,8	
	Ряженка	180	4,3	2,65	23,05	164,2	
Итого на полдник		250	8,1	9	39,15	270	
Итого за весь день:		1545	40,5	44,8	195,75	1350	