

**Ежедневное меню основного питания  
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад комбинированного вида № 9» города Сорочинска Оренбургской области  
на 28 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 рисовая, молочная с маслом	150	7,1	4,4	17,9	136	38
	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	
<b>Итого на завтрак</b>		<b>355</b>	<b>8,4</b>	<b>9,4</b>	<b>40,6</b>	<b>280</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	2,1	0,1	10,15	70	49
<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>2,1</b>	<b>0,1</b>	<b>10,15</b>	<b>70</b>	
Обед	Салат из свеклы растительным маслом	40	1,6	2,7	9	80	29
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне	150	3	4,5	27,4	125,4	7
	Каша перловая с соусом	135	1,44	1,6	3,1	134,7	22
	Котлета любительская	50	6,8	8,7	8,7	56,9	15
	Хлеб ржаной	55	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Компот из сухофруктов	150	0,7	-	7,05	31,2	48
<b>Итого на обед</b>		<b>580</b>	<b>14,62</b>	<b>18,7</b>	<b>71,05</b>	<b>490</b>	
Полдник	Сочник из творога	50	3,5	2	15,3	107,5	
	Молоко	150	2,8	5,05	15,15	102,5	55
<b>Итого на полдник</b>		<b>200</b>	<b>6,3</b>	<b>7,05</b>	<b>30,45</b>	<b>210</b>	46
<b>Итого за весь день:</b>		<b>1285</b>	<b>31,42</b>	<b>35,25</b>	<b>152,25</b>	<b>1050</b>	

**Возрастная категория: 3-7 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша рисовая молочная с маслом	200	9,1	7	27,9	186	38
	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	
<b>Итого на завтрак</b>		<b>412</b>	<b>10,8</b>	<b>12</b>	<b>52,2</b>	<b>360</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	180	2,7	0,8	13,05	90	49
<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>180</b>	<b>2,7</b>	<b>0,8</b>	<b>13,05</b>	<b>90</b>	
Обед	Салат из свеклы растительным маслом	60	1,3	7,8	4,7	135	29
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясокостном бульоне	180	4,1	8,4	19,25	107,2	7
	Каша перловая с соусом	155	3,8	4,1	29,3	140,1	22
	Котлета любительская	70	7,5	1,5	14,8	120,4	15
	Хлеб ржаной	73	1	1,2	15,8	61,8	
	Компот из сухофруктов	180	1,2	-	7,5	65,5	48
<b>Итого на обед</b>		<b>718</b>	<b>18,9</b>	<b>23</b>	<b>91,35</b>	<b>630</b>	
Полдник	Сочник из творога	70	3,5	2	15,3	107,5	55
	Молоко	180	4,6	7	23,85	162,5	46
<b>Итого на полдник</b>		<b>250</b>	<b>8,1</b>	<b>9</b>	<b>39,15</b>	<b>270</b>	
<b>Итого за весь день:</b>		<b>1560</b>	<b>40,5</b>	<b>44,8</b>	<b>195,75</b>	<b>1350</b>	