

**Ежедневное меню основного питания  
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад комбинированного вида № 9» города Сорочинска Оренбургской области  
на 5 февраля 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)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша полевая с маслом	150	5.5	2.7	18.2	118.9	41
	Чай с сахаром	180	0.12	-	6.4	28.6	51
	Хлеб пшеничный	20	1.08	1.2	15.8	61.8	
	Масло сливочное	5	0.1	3.8	0.1	44.6	
	Сыр	5	1.6	1.7	0.1	26.1	
<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	Овощной салат с маслом	40	2.7	0.1	12	79.3	31
	Суп рыбный из консервов	150	7.82	8.1	6.8	122.4	9
	Манты	150	2.4	9.25	29.4	195.3	12,13
	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>545</b>	<b>14.7</b>	<b>18.65</b>	<b>71.05</b>	<b>490</b>	
Полдник	Булка дрожжевая	50	3.5	2	15.3	107.5	56
	Молоко	150	2.8	5.05	15.15	102.5	46
<b>Итого на полдник</b>		<b>200</b>	<b>6.3</b>	<b>7.05</b>	<b>30.45</b>	<b>210</b>	
<b>Итого за весь день:</b>		<b>1250</b>	<b>31.5</b>	<b>35.2</b>	<b>152.25</b>	<b>1050</b>	

Возрастная категория: 3 – 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша полевая (пшениная) с маслом	200	7.9	5.3	27.8	188.9	41
	Чай с сахаром	180	0.12	-	8.4	38.6	51
	Хлеб пшеничный	25	1.08	1.2	15.8	61.8	
	Масло сливочное	7	0.1	3.8	0.1	44.6	
	Сыр	5	1.6	1.7	0.1	26.1	
<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	Овощной салат (капуста, морковь) с маслом	60	3.9	1.5	15	120.5	31
	Суп рыбный из консервов	180	8.82	9.8	17.55	160	9
	Манты/курник	200	3.9	10.5	35.5	222.2	12,13
	Хлеб ржаной	73	1.08	1.2	15.8	61.8	
	Компот из сухофруктов	180	1.2	-	7.5	65.5	48
<b>Итого на обед</b>		<b>693</b>	<b>18.9</b>	<b>23</b>	<b>91.35</b>	<b>630</b>	
Полдник	Булка дрожжевая	70	3.5	2	15.3	107.5	56
	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>1535</b>	<b>40.5</b>	<b>44.8</b>	<b>195.75</b>	<b>1350</b>	