

**Ежедневное меню основного питания
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад комбинированного вида № 9» города Сорочинска Оренбургской области
на 19 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 ячневая молочная с маслом	150	7,1	4,4	17,9	136	43
	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	Рассольник домашний	150	7,62	8,1	4,8	112,4	11
	Рагу из овощей с мясом	150	2,4	9,25	29,4	195,3	21
	Хлеб ржаной	55	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Кисель	150	0,7	-	7,05	31,2	53
Итого на обед		505	14,7	18,65	71,05	490	
Полдник	Печенье творожное	50	3,8	4	16,1	107,5	58
	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:		1210	31,5	35,2	152,25	1050	

Возрастная категория: 3 – 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом	200	9,1	7	27,9	186	43
	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	Рассольник домашний	180	8,92	11,5	9,8	180	11
	Рагу из овощей с мясом	200	3,5	9,5	34,7	226,3	21
	Хлеб ржаной	73	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Кисель	180	1,5	-	11,05	41,6	53
Итого на обед		693	18,9	23,7	91,35	630	
Полдник	Печенье творожное	70	3,8	6,35	16,1	105,8	58
	Ряженка	180	4,3	2,65	23,05	164,2	
Итого на полдник		250	8,1	9	39,15	270	
Итого за весь день:		1535	40,5	45,5	195,75	1350	