

**Ежедневное меню основного питания
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад комбинированного вида № 9» города Сорочинска Оренбургской области
на 14 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	
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	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
	Итого на обед		580	14,62	18,7	71,05	490
Полдник	Сочник из творога	50	3,5	2	15,3	107,5	
	Молоко	150	2,8	5,05	15,15	102,5	55
Итого на полдник		200	6,3	7,05	30,45	210	46
Итого за весь день:		1285	31,42	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	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	
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							
	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
Итого на обед		718	18,9	23	91,35	630	
Полдник	Сочник из творога	70	3,5	2	15,3	107,5	55
	Молоко	180	4,6	7	23,85	162,5	46
Итого на полдник		250	8,1	9	39,15	270	
Итого за весь день:		1560	40,5	44,8	195,75	1350	