

**Ежедневное меню основного питания**  
**муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения**  
**«Детский сад комбинированного вида № 9» города Сорочинска Оренбургской области**  
**на 16 июня 2025 года**

**Возрастная категория:** 1.5-3 лет

**Длительность пребывания детей в образовательной организации:** 10 часов

| № рецептуры | Название блюда                            | Масса       | Белки       | Жиры        | Углеводы     | Энергетическая ценность |
|-------------|-------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------------------|
|             |                                           | г           | г           | г           | г            | ккал                    |
|             | <b>Завтрак</b>                            |             |             |             |              |                         |
| 54-1з       | Сыр твердых сортов в нарезке              | 5           | 1.2         | 1.5         | 0            | 17.9                    |
| Пром.       | Масло сливочное (порциями)                | 5           | 0           | 3.6         | 0.1          | 33                      |
| 54-2к       | Каша вязкая молочная кукурузная           | 150         | 5.4         | 6.9         | 33           | 215.8                   |
| 54-2гн      | Чай с сахаром                             | 180         | 0.1         | 0           | 5.7          | 23.5                    |
| Пром.       | Хлеб пшеничный                            | 20          | 1.5         | 0.2         | 9.8          | 46.9                    |
|             | <b>Итого за Завтрак</b>                   | <b>360</b>  | <b>8.2</b>  | <b>12.2</b> | <b>48.6</b>  | <b>337.1</b>            |
|             | <b>Второй завтрак</b>                     |             |             |             |              |                         |
| Пром.       | Сок фруктовый                             | 150         | 0.4         | 0.1         | 9.1          | 41.3                    |
|             | <b>Итого за Второй завтрак</b>            | <b>150</b>  | <b>0.4</b>  | <b>0.1</b>  | <b>9.1</b>   | <b>41.3</b>             |
|             | <b>Обед</b>                               |             |             |             |              |                         |
| 54-11с      | Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая) | 150         | 3.7         | 4.3         | 8.5          | 87.7                    |
| 54-1г       | Макароны отварные                         | 110         | 3.9         | 3.6         | 24.1         | 144.3                   |
| 54-2м       | Гуляш из говядины                         | 50          | 8.5         | 8.3         | 1.9          | 116.1                   |
| 54-1хн      | Компот из смеси сухофруктов               | 150         | 0.4         | 0           | 14.8         | 60.7                    |
| Пром.       | Хлеб ржаной                               | 55          | 3.6         | 0.7         | 18.4         | 93.9                    |
|             | <b>Итого за Обед</b>                      | <b>515</b>  | <b>20.1</b> | <b>16,9</b> | <b>67.7</b>  | <b>502.7</b>            |
|             | <b>Полдник</b>                            |             |             |             |              |                         |
| Пром.       | Молоко 2.5%                               | 150         | 4.4         | 3.8         | 7.2          | 80                      |
| 54-1т       | Запеканка творожная                       | 50          | 9.9         | 3.6         | 7.4          | 101.4                   |
|             | <b>Итого за Полдник</b>                   | <b>200</b>  | <b>14.3</b> | <b>7.4</b>  | <b>14.6</b>  | <b>181.4</b>            |
|             | <b>Итого за день</b>                      | <b>1225</b> | <b>43</b>   | <b>16.6</b> | <b>140.0</b> | <b>1039.7</b>           |

Возрастная категория: 3-7 лет

| № рецептуры | Название блюда                            | Масса       | Белки        | Жиры        | Углеводы      | Энергетическая ценность |
|-------------|-------------------------------------------|-------------|--------------|-------------|---------------|-------------------------|
|             |                                           | г           | г            | г           | г             | ккал                    |
|             | <b>Понедельник, 1 неделя</b>              |             |              |             |               |                         |
|             | <b>Завтрак</b>                            |             |              |             |               |                         |
| 54-1з       | Сыр твердых сортов в нарезке              | 10          | 1.4          | 1.8         | 0             | 21.5                    |
| 54-19з      | Масло сливочное (порциями)                | 7           | 0.1          | 5.1         | 0.1           | 46.3                    |
| 54-2к       | Каша вязкая молочная кукурузная           | 200         | 6.9          | 8.7         | 41.8          | 273.4                   |
| 54-2гн      | Чай с сахаром                             | 180         | 0.1          | 0           | 5.7           | 23.5                    |
| Пром.       | Хлеб пшеничный                            | 25          | 1.9          | 0.2         | 12.3          | 58.6                    |
|             | <b>Итого за Завтрак</b>                   | <b>422</b>  | <b>10.4</b>  | <b>15.8</b> | <b>59.9</b>   | <b>423.3</b>            |
|             | <b>Второй завтрак</b>                     |             |              |             |               |                         |
| Пром.       | Сок фруктовый                             | 180         | 0.5          | 0.1         | 10.1          | 43.3                    |
|             | <b>Итого за Второй завтрак</b>            | <b>180</b>  | <b>0.5</b>   | <b>0.1</b>  | <b>10.1</b>   | <b>43.3</b>             |
|             | <b>Обед</b>                               |             |              |             |               |                         |
| 54-11с      | Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая) | 180         | 5            | 5.8         | 11.3          | 116.9                   |
| 54-1г       | Макароны отварные                         | 130         | 3.9          | 3.6         | 24.1          | 144.3                   |
| 54-2м       | Гуляш из говядины                         | 70          | 11.9         | 11.6        | 2.7           | 162.5                   |
| 54-1хн      | Компот из смеси сухофруктов               | 180         | 0.4          | 0           | 17.8          | 72.9                    |
| Пром.       | Хлеб ржаной                               | 73          | 4.8          | 0.9         | 24.4          | 124.7                   |
|             | <b>Итого за Обед</b>                      | <b>633</b>  | <b>26.2</b>  | <b>22.0</b> | <b>83.5</b>   | <b>621.3</b>            |
|             | <b>Полдник</b>                            |             |              |             |               |                         |
| 54-1т       | Запеканка из творога                      | 70          | 29.68        | 10.7        | 22.31         | 304.2                   |
| Пром.       | Молоко 2.5%                               | 200         | 5.8          | 5           | 9.6           | 106.6                   |
|             | <b>Итого за Полдник</b>                   | <b>270</b>  | <b>35.48</b> | <b>15.7</b> | <b>31.91</b>  | <b>410.8</b>            |
|             | <b>Итого за день</b>                      | <b>1505</b> | <b>72.38</b> | <b>53.5</b> | <b>182.21</b> | <b>1498.7</b>           |