

Ежедневное меню основного питания
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад комбинированного вида № 9» города Сорочинска Оренбургской области
На 05 мая 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 |
| | Завтрак | | | | | |
| 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 |
| | Итого за Завтрак | 360 | 8.2 | 12.2 | 48.6 | 337.1 |
| | Второй завтрак | | | | | |
| Пром. | Сок фруктовый | 150 | 0.4 | 0.1 | 9.1 | 41.3 |
| | Итого за Второй завтрак | 150 | 0.4 | 0.1 | 9.1 | 41.3 |
| | Обед | | | | | |
| 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 |
| | Итого за Обед | 515 | 20.1 | 16,9 | 67.7 | 502.7 |
| | Полдник | | | | | |
| Пром. | Молоко 2.5% | 150 | 4.4 | 3.8 | 7.2 | 80 |
| 54-1г | Запеканка творожная | 50 | 9.9 | 3.6 | 7.4 | 101.4 |
| | Итого за Полдник | 200 | 14.3 | 7.4 | 14.6 | 181.4 |
| | Итого за день | 1225 | 43 | 16.6 | 140.0 | 1039.7 |

Возрастная категория: 3-7 лет

| № рецептуры | Название блюда | Масса | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность |
|-------------|---|-------------|--------------|-------------|---------------|-------------------------|
| | | г | г | г | г | ккал |
| | Понедельник, 1 неделя | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 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 |
| | Итого за Завтрак | 422 | 10.4 | 15.8 | 59.9 | 423.3 |
| | Второй завтрак | | | | | |
| Пром. | Сок фруктовый | 180 | 0.5 | 0.1 | 10.1 | 43.3 |
| | Итого за Второй завтрак | 180 | 0.5 | 0.1 | 10.1 | 43.3 |
| | Обед | | | | | |
| 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 |
| | Итого за Обед | 633 | 26.2 | 22.0 | 83.5 | 621.3 |
| | Полдник | | | | | |
| 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 |
| | Итого за Полдник | 270 | 35.48 | 15.7 | 31.91 | 410.8 |
| | Итого за день | 1505 | 72.38 | 53.5 | 182.21 | 1498.7 |