

**Ежедневное меню основного питания
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад комбинированного вида № 9» города Сорочинска Оренбургской области
на 30 сентября 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	
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	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
Итого на обед		545	14.7	18.65	71.05	490	
Полдник	Булка дрожжевая	50	3.5	2	15.3	107.5	56
	Молоко	150	2.8	5.05	15.15	102.5	46
Итого на полдник		200	6.3	7.05	30.45	210	
Итого за весь день:		1250	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 полевая (пшенная) 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	
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	Овощной салат 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
Итого на обед		693	18.9	23	91.35	630	
Полдник	Булка дрожжевая	70	3.5	2	15.3	107.5	56
	Молоко	180	4.6	7	23.85	162.5	46
Итого на полдник		250	8.1	9	39.15	270	
Итого за весь день:		1535	40.5	44.8	195.75	1350	