

**Ежедневное меню основного питания**  
**муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения**  
**«Детский сад комбинированного вида № 9» города Сорочинска Оренбургской области**  
**на 08 ноября 2024 года**

**Возрастная категория:** 1.5-3 лет

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

<b>Название блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Энергетическая ценность ккал</b>
<b>Завтрак</b>					
Масло сливочное (порциями)	5	0.1	5.1	0.1	46.3
Каша жидкая молочная манная	150	4	4.3	19	130.7
Какао с молоком	180	3.1	2.3	9.9	72.9
Хлеб пшеничный	20	1.5	0.2	9.8	46.9
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>355</b>	<b>8.7</b>	<b>11.9</b>	<b>38.8</b>	<b>296.8</b>
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый	150	0.5	0.1	10.1	43.3
<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>150</b>	<b>0.5</b>	<b>0.1</b>	<b>10.1</b>	<b>43.3</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокочанной капусты с морковью	40	0.7	4	3.9	54.4
Свекольник	150	1.3	1.9	7.9	54.4
Каша перловая рассыпчатая	130	3.2	3.9	22.4	137.2
Гуляш из говядины	50	8.5	8.3	1.9	116.1
Кисель	150	0.2	0.1	11	45.5
Хлеб ржаной	55	4.8	0.9	24.4	124.7
<b>Итого за Обед</b>	<b>575</b>	<b>18.7</b>	<b>19.1</b>	<b>71.5</b>	<b>532.3</b>
<b>Полдник</b>					
Крендель сахарный	50	3.3	5.9	25.2	166.7
Молоко 2.5%	150	5.8	5	9.6	106.6
<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>9.1</b>	<b>10.9</b>	<b>34.8</b>	<b>273.3</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1280</b>	<b>37</b>	<b>42</b>	<b>155.2</b>	<b>1145.7</b>

## Возрастная категория: 3-7 лет

Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
<b>Завтрак</b>					
Масло сливочное (порциями)	7	0.1	5.1	0.1	46.3
Каша жидкая молочная манная	200	5.3	5.7	25.3	174.2
Какао с молоком	180	3.1	2.3	9.9	72.9
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.2	12.3	58.6
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>412</b>	<b>10.4</b>	<b>13.3</b>	<b>47.6</b>	<b>352</b>
<b>Второй завтрак</b>					
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>					
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1.2	7.1	6.7	95.1
Свекольник	180	1.6	2.3	9.5	65.3
Каша перловая рассыпчатая	130	3.8	4.6	26.4	162.2
Гуляш из говядины	70	11.9	11.6	2.7	162.5
Кисель	180	0.2	0.1	11	45.5
Хлеб ржаной	73	4.8	0.9	24.4	124.7
<b>Итого за Обед</b>	<b>693</b>	<b>23.5</b>	<b>26.6</b>	<b>80.7</b>	<b>655.3</b>
<b>Полдник</b>					
Крендель сахарный	70	4.7	8.2	35.2	233.4
Молоко 2.5%	200	5.8	5	9.6	106.6
<b>Итого за Полдник</b>	<b>270</b>	<b>10.5</b>	<b>13.2</b>	<b>44.8</b>	<b>340</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1555</b>	<b>44.9</b>	<b>53.2</b>	<b>183.2</b>	<b>1390.6</b>