

**Ежедневное меню основного питания**  
**муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения**  
**«Детский сад комбинированного вида № 9» города Сорочинска Оренбургской области**  
**на 27 февраля 2025 года**

**Возрастная категория:** 1.5-3 лет

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

|         | Название блюда                           | Масса       | Белки       | Жиры        | Углеводы     | Энергетическая ценность<br>ккал |
|---------|------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------------------------|
|         | <b>Завтрак</b>                           |             |             |             |              |                                 |
| 54-24к  | Каша жидкая молочная пшенная             | 150         | 5.8         | 7.1         | 26.4         | 192.4                           |
| 54-23гн | Кофейный напиток с молоком               | 180         | 2.7         | 2.1         | 9.3          | 66.8                            |
| Пром.   | Масло сливочное (порциями)               | 5           | 0           | 3.6         | 0.1          | 33                              |
| Пром.   | Хлеб пшеничный                           | 20          | 1.5         | 0.2         | 9.8          | 46.9                            |
|         | <b>Итого за Завтрак</b>                  | <b>355</b>  | <b>10</b>   | <b>13</b>   | <b>45.6</b>  | <b>339.1</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>                              |             |             |             |              |                                 |
| 54-32з  | Морковь в нарезке                        | 40          | 0.9         | 0.1         | 4.8          | 23.6                            |
| 54-24с  | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150         | 3.6         | 1.6         | 11.6         | 75.6                            |
| 54-3м   | Голубцы ленивые                          | 180         | 15.2        | 13.8        | 11.5         | 230.9                           |
| 54-22хн | Кисель                                   | 150         | 0.2         | 0.1         | 9.2          | 37.9                            |
| Пром.   | Хлеб пшеничный                           | 55          | 4.2         | 0.4         | 27.1         | 128.9                           |
|         | <b>Итого за Обед</b>                     | <b>575</b>  | <b>24.1</b> | <b>16</b>   | <b>64.2</b>  | <b>496.9</b>                    |
|         | <b>Полдник</b>                           |             |             |             |              |                                 |
| 54-14в  | Ватрушка с повидлом                      | 50          | 3.1         | 1.4         | 32.4         | 154.4                           |
| Пром.   | Ряженка 2.5%                             | 150         | 4.4         | 3.8         | 6.3          | 76.4                            |
|         | <b>Итого за Полдник</b>                  | <b>200</b>  | <b>7.5</b>  | <b>5.2</b>  | <b>38.7</b>  | <b>230.8</b>                    |
|         | <b>Итого за день</b>                     | <b>1280</b> | <b>42</b>   | <b>34.3</b> | <b>157.6</b> | <b>1108.1</b>                   |

Возрастная категория: 3-7 лет

|         | Название блюда                                       | Масса       | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Энергетическая ценность<br>ккал |
|---------|------------------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------------------------|
|         | <b>Завтрак</b>                                       |             |              |              |               |                                 |
| 54-19з  | Масло сливочное (порциями)                           | 7           | 0.1          | 5.1          | 0.1           | 46.3                            |
| 54-24к  | Каша жидкая молочная пшенная                         | 200         | 5.8          | 7.1          | 26.4          | 192.4                           |
| 54-23гн | Кофейный напиток с молоком                           | 180         | 2.7          | 2.1          | 9.3           | 66.8                            |
| Пром.   | Хлеб пшеничный                                       | 25          | 1.9          | 0.2          | 12.3          | 58.6                            |
|         | <b>Итого за Завтрак</b>                              | <b>412</b>  | <b>10.5</b>  | <b>14.5</b>  | <b>48.1</b>   | <b>364.1</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>                                          |             |              |              |               |                                 |
| 54-32з  | Морковь в нарезке                                    | 60          | 0.9          | 0.1          | 4.8           | 23.6                            |
| 54-24с  | Суп картофельный с макаронными изделиями (вариант 2) | 180         | 4.3          | 2            | 14            | 90.8                            |
| 54-3м   | Голубцы ленивые                                      | 200         | 16.9         | 15.3         | 12.8          | 256.6                           |
| 54-22хн | Кисель                                               | 180         | 0.2          | 0.1          | 11            | 45.5                            |
| Пром.   | Хлеб пшеничный                                       | 73          | 5.5          | 0.6          | 35.9          | 171.1                           |
|         | <b>Итого за Обед</b>                                 | <b>693</b>  | <b>27.8</b>  | <b>18.1</b>  | <b>78.5</b>   | <b>587.6</b>                    |
|         | <b>Полдник</b>                                       |             |              |              |               |                                 |
| 54-14в  | Ватрушка с повидлом                                  | 70          | 3.73         | 1.67         | 38.85         | 185.4                           |
| Пром.   | Ряженка 2.5%                                         | 200         | 5.8          | 5            | 8.4           | 101.8                           |
|         | <b>Итого за Полдник</b>                              | <b>270</b>  | <b>9.53</b>  | <b>6.67</b>  | <b>47.25</b>  | <b>287.2</b>                    |
|         | <b>Итого за день</b>                                 | <b>1548</b> | <b>48.33</b> | <b>39.37</b> | <b>183.95</b> | <b>1282.2</b>                   |