

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

**Возрастная категория:** 1.5-3 лет

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

| рецептура | Название блюда                   | Масса       | Белки       | Жиры        | Углеводы     | Энергетическая ценность |
|-----------|----------------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------------------|
|           | <b>Завтрак</b>                   |             |             |             |              |                         |
| 54-21к    | Каша жидкая молочная рисовая     | 150         | 4           | 4.1         | 21.5         | 138.4                   |
| 54-21гн   | Какао с молоком                  | 180         | 3.1         | 2.3         | 9.9          | 72.9                    |
| Пром.     | Хлеб пшеничный                   | 20          | 1.5         | 0.2         | 9.8          | 46.9                    |
| 54-6о     | Яйцо вареное (1 шт.)             | 40          | 4.8         | 4           | 0.3          | 56.6                    |
| Пром.     | Масло сливочное (порциями)       | 5           | 0           | 3.6         | 0.1          | 33                      |
|           | <b>Итого за Завтрак</b>          | <b>395</b>  | <b>13.4</b> | <b>14.2</b> | <b>41.6</b>  | <b>347.8</b>            |
|           | <b>Второй завтрак</b>            |             |             |             |              |                         |
| Пром.     | 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>                      |             |             |             |              |                         |
| 54-27з    | Морковь отварная дольками        | 40          | 0.5         | 1.3         | 2.8          | 25.1                    |
| 54-27с    | Суп с рыбными консервами (сайра) | 150         | 4.4         | 5.1         | 9.4          | 101                     |
| 54-11г    | Картофельное пюре                | 110         | 2.3         | 3.9         | 14.5         | 102.2                   |
| 54-4м     | Котлета из говядины              | 60          | 9.1         | 8.7         | 8.2          | 147.6                   |
| 54-1хн    | Компот из смеси сухофруктов      | 150         | 0.4         | 0           | 14.8         | 60.7                    |
| Пром.     | Хлеб пшеничный                   | 55          | 4.2         | 0.4         | 27.1         | 128.9                   |
|           | <b>Итого за Обед</b>             | <b>565</b>  | <b>20.9</b> | <b>19.4</b> | <b>76.8</b>  | <b>565.5</b>            |
|           | <b>Полдник</b>                   |             |             |             |              |                         |
| 54-14в    | Ватрушка с повидлом              | 50          | 8.2         | 10.3        | 15           | 185.7                   |
| Пром.     | Ряженка 2.5%                     | 150         | 4.4         | 3.8         | 6.3          | 76.4                    |
|           | <b>Итого за Полдник</b>          | <b>200</b>  | <b>12.6</b> | <b>14.1</b> | <b>21.3</b>  | <b>262.1</b>            |
|           | <b>Итого за день</b>             | <b>1310</b> | <b>47.4</b> | <b>47.8</b> | <b>149.8</b> | <b>1218.7</b>           |

Возрастная категория: 3-7 лет

| рецептура | Название блюда                   | Масса       | Белки        | Жиры        | Углеводы      | Энергетическая ценность |
|-----------|----------------------------------|-------------|--------------|-------------|---------------|-------------------------|
|           | <b>Завтрак</b>                   |             |              |             |               |                         |
| 54-19з    | Масло сливочное (порциями)       | 7           | 0.1          | 5.1         | 0.1           | 46.3                    |
| 54-21к    | Каша жидкая молочная рисовая     | 200         | 5.3          | 5.4         | 28.7          | 184.5                   |
| 54-6о     | Яйцо вареное                     | 40          | 4.8          | 4           | 0.3           | 56.6                    |
| 54-21гн   | Какао с молоком                  | 180         | 3.1          | 2.3         | 9.9           | 72.9                    |
| Пром.     | Хлеб пшеничный                   | 25          | 1.9          | 0.2         | 12.3          | 58.6                    |
|           | <b>Итого за Завтрак</b>          | <b>452</b>  | <b>15.2</b>  | <b>17</b>   | <b>51.3</b>   | <b>418.9</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>                      |             |              |             |               |                         |
| 54-27з    | Морковь отварная дольками        | 60          | 1            | 2.3         | 4.8           | 43.9                    |
| 54-27с    | Суп с рыбными консервами (сайра) | 180         | 5.9          | 6.8         | 12.5          | 134.6                   |
| 54-11г    | Картофельное пюре                | 130         | 2.7          | 4.6         | 17.2          | 120.8                   |
| 54-4м     | Котлета из говядины              | 70          | 14.6         | 13.9        | 13.1          | 236.2                   |
| 54-1хн    | Компот из смеси сухофруктов      | 180         | 0.4          | 0           | 17.8          | 72.9                    |
| Пром.     | Хлеб пшеничный                   | 73          | 5.5          | 0.6         | 35.9          | 171.1                   |
|           | <b>Итого за Обед</b>             | <b>693</b>  | <b>30.1</b>  | <b>28.2</b> | <b>101.3</b>  | <b>702.9</b>            |
|           | <b>Полдник</b>                   |             |              |             |               |                         |
| 54-14в    | Ватрушка с повидлом              | 70          | 8.24         | 10.3        | 15.01         | 185.7                   |
| Пром.     | Ряженка 2.5%                     | 200         | 5.8          | 5           | 8.4           | 101.8                   |
|           | <b>Итого за Полдник</b>          | <b>270</b>  | <b>14.04</b> | <b>15.3</b> | <b>23.41</b>  | <b>287.5</b>            |
|           | <b>Итого за день</b>             | <b>1565</b> | <b>59.84</b> | <b>60.6</b> | <b>186.11</b> | <b>1452.6</b>           |