

Ежедневное меню основного питания
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад комбинированного вида № 9» города Сорочинска Оренбургской области
на 30 сентября 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
Завтрак						
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
54-60	Яйцо вареное (1 шт.)	40	4.8	4	0.3	56.6
Пром.	Масло сливочное (порциями)	5	0	3.6	0.1	33
Итого за Завтрак		395	13.4	14.2	41.6	347.8
Второй завтрак						
Пром.	Сок фруктовый	150	0.5	0.1	10.1	43.3
Итого за Второй завтрак		150	0.5	0.1	10.1	43.3
Обед						
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
Итого за Обед		565	20.9	19.4	76.8	565.5
Полдник						
54-1в	Ватрушка с творогом	50	8.2	10.3	15	185.7
Пром.	Ряженка 2.5%	150	4.4	3.8	6.3	76.4
Итого за Полдник		200	12.6	14.1	21.3	262.1
Итого за день		1310	47.4	47.8	149.8	1218.7

Возрастная категория: 3-7 лет

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Завтрак					
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
	Итого за Завтрак	452	15.2	17	51.3	418.9
	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					
54-27з	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
	Итого за Обед	693	30.1	28.2	101.3	702.9
	Полдник					
54-1в	Ватрушка творожная	70	8.24	10.3	15.01	185.7
Пром.	Ряженка 2.5%	200	5.8	5	8.4	101.8
	Итого за Полдник	270	14.04	15.3	23.41	287.5
	Итого за день	1565	59.84	60.6	186.11	1452.6