

**Ежедневное меню основного питания**  
**муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения**  
**«Детский сад комбинированного вида № 9» города Сорочинска Оренбургской области**  
**на 16.04. 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 |
|----------|------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------------------------|
| Пром.    | Масло сливочное (порциями)               | 5           | 0.1         | 5.1         | 0.1          | 46.3                            |
| 54-19к   | Суп молочный с макаронными изделиями     | 150         | 4.1         | 3.4         | 13.4         | 100.7                           |
| 54-4гн   | Чай с молоком и сахаром                  | 180         | 1.3         | 1           | 7.7          | 45.2                            |
| Пром.    | Хлеб пшеничный                           | 20          | 1.5         | 0.2         | 9.8          | 46.9                            |
|          | <b>Итого за Завтрак</b>                  | <b>360</b>  | <b>8.2</b>  | <b>11.2</b> | <b>31</b>    | <b>257</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>                              |             |             |             |              |                                 |
| 54-28з   | Свекла отварная дольками                 | 40          | 0.6         | 0           | 3.5          | 16.8                            |
| 54-2с    | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 150         | 3.5         | 4.3         | 7.6          | 82.8                            |
| 54-21г   | Горошница                                | 110         | 10.6        | 1           | 24.8         | 150.2                           |
| 54-11р   | Тефтели рыбные (минтай)                  | 60          | 6.4         | 4           | 6.3          | 86.8                            |
| 54-3соус | Соус красный основной                    | 25          | 0.5         | 0.4         | 1.3          | 10.6                            |
| 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>590</b>  | <b>26</b>   | <b>10.2</b> | <b>79.8</b>  | <b>514</b>                      |
|          | <b>Полдник</b>                           |             |             |             |              |                                 |
| 54-9в    | Булочка школьная                         | 50          | 4.3         | 1.5         | 28.4         | 143.9                           |
| Пром.    | Молоко 2.5%                              | 150         | 5.8         | 5           | 9.6          | 106.6                           |
|          | <b>Итого за Полдник</b>                  | <b>200</b>  | <b>10.1</b> | <b>6.5</b>  | <b>38</b>    | <b>250.5</b>                    |
|          | <b>Итого за день</b>                     | <b>1300</b> | <b>44.8</b> | <b>28</b>   | <b>158.9</b> | <b>1064.8</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                            |
| 54-19к   | Суп молочный с макаронными изделиями     | 200         | 5.5          | 4.5          | 17.9          | 134.2                           |
| 54-4гн   | Чай с молоком и сахаром                  | 180         | 1.3          | 1            | 7.7           | 45.2                            |
| Пром.    | Хлеб пшеничный                           | 25          | 1.9          | 0.2          | 12.3          | 58.6                            |
|          | <b>Итого за Завтрак</b>                  | <b>422</b>  | <b>11.1</b>  | <b>16</b>    | <b>40.5</b>   | <b>351.6</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>                              |             |              |              |               |                                 |
| 54-28з   | Свекла отварная дольками                 | 60          | 0.9          | 0.1          | 5.2           | 25.2                            |
| 54-2с    | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 180         | 4.2          | 5.1          | 9.1           | 99.4                            |
| 54-21г   | Горошница                                | 130         | 13.5         | 1.2          | 31.5          | 191.2                           |
| 54-11р   | Тефтели рыбные (минтай)                  | 70          | 9            | 5.6          | 8.9           | 121.5                           |
| 54-3соус | Соус красный основной                    | 25          | 0.5          | 0.4          | 1.3           | 10.6                            |
| 54-22хн  | Кисель из вишни                          | 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>718</b>  | <b>33.8</b>  | <b>13.9</b>  | <b>99.3</b>   | <b>656.1</b>                    |
|          | <b>Полдник</b>                           |             |              |              |               |                                 |
| 54-9в    | Булочка школьная                         | 70          | 5.16         | 1.77         | 34.03         | 172.6                           |
| Пром.    | Молоко 2.5%                              | 200         | 5.8          | 5            | 9.6           | 106.6                           |
|          | <b>Итого за Полдник</b>                  | <b>270</b>  | <b>10.96</b> | <b>6.77</b>  | <b>43.63</b>  | <b>279.2</b>                    |
|          | <b>Итого за день</b>                     | <b>1590</b> | <b>56.36</b> | <b>36.77</b> | <b>193.53</b> | <b>1330.2</b>                   |