

**Ежедневное меню основного питания**  
**муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения**  
**«Детский сад комбинированного вида № 9» города Сорочинска Оренбургской области**  
**на 24 сентября 2024 года**

Возрастная категория: 1.5-3 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная с маслом	150	7.1	4.4	17.9	136	37
	Кофейный напиток	180	0.12	-	6.8	37.6	47
	Хлеб пшеничный	20	1.08	1.2	15.8	61.8	
	Масло сливочное	5	0.1	3.8	0.1	44.6	
<b>Итого на завтрак</b>		<b>355</b>	<b>8.4</b>	<b>9.4</b>	<b>40.6</b>	<b>280</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	2.1	0.1	10.15	70	49
<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>2.1</b>	<b>0.1</b>	<b>10.15</b>	<b>70</b>	
Обед	Салат из моркови с сахаром	40	0.8	2	3.3	47.7	34
	Суп свекольный на мясокостном бульоне	150	1.8	2.65	11.3	80.5	4
	Фрикадельки рыбные	50	4.8	10.7	5.8	130.5	18
	Соус	25	1.1	0.65	4.2	26.1	27
	Картофельное пюре	110	2.5	1.6	18.1	95.6	25
	Хлеб ржаной	55	3	1.1	21.3	78.4	
	Компот из сухофруктов	150	0.7	-	7.05	31.2	48
<b>Итого на обед</b>		<b>580</b>	<b>14.7</b>	<b>18.7</b>	<b>71.05</b>	<b>490</b>	
Полдник	Ватрушка с творогом	50	3.5	2	15.3	107.5	60
	Ряженка	150	2.8	5.05	15.15	102.5	
<b>Итого на полдник</b>		<b>200</b>	<b>6.3</b>	<b>7.05</b>	<b>30.45</b>	<b>210</b>	
<b>Итого за весь день:</b>		<b>1285</b>	<b>31.5</b>	<b>35.25</b>	<b>152.25</b>	<b>1050</b>	

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная с маслом	200	9.1	7	27.9	186	37
	Кофейный напиток	180	0.52	-	8.4	67.6	47
	Хлеб пшеничный	25	1.08	1.2	15.8	61.8	
	Масло сливочное	7	0.1	3.8	0.1	44.6	
<b>Итого на завтрак</b>		<b>412</b>	<b>10.8</b>	<b>12</b>	<b>52.2</b>	<b>360</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	180	2.7	0.8	13.05	90	49
	<b>Итого на второй завтрак</b>		<b>180</b>	<b>2.7</b>	<b>0.8</b>	<b>13.05</b>	<b>90</b>
Обед	Салат из моркови с сахаром	60	0.9	2.5	9.5	80.5	34
	Суп свекольный на мясокостном бульоне	180	1.9	5.3	20.5	118.5	4
	Фрикадельки рыбные	70	7.9	12.5	9.1	140.5	18
	Соус	25	1.1	0.65	4.2	26.1	27
	Картофельное пюре	130	2.9	2	19.45	120.5	25
	Хлеб ржаной	73	3	1.1	21.1	78.4	
	Компот из сухофруктов	180	1.2	-	7.5	65.5	48
<b>Итого на обед</b>		<b>718</b>	<b>18.9</b>	<b>24.05</b>	<b>91.35</b>	<b>630</b>	
Полдник	Ватрушка с творогом	70	3.5	2	15.3	107.5	60
	Ряженка	180	4.6	7	23.85	162.5	
<b>Итого на полдник</b>		<b>250</b>	<b>8.1</b>	<b>9</b>	<b>39.15</b>	<b>270</b>	
<b>Итого за весь день:</b>		<b>1560</b>	<b>40.5</b>	<b>45.85</b>	<b>195.75</b>	<b>1350</b>	