

МБДОУ детский сад №36 «Золушка»
режим работы: 10,5ч.
Возраст: 1г6м-3г/3г – 7л

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
В.В.Собка

Меню на 20.10.2025г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли/сад	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 день 1								
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	150/180	2,4/2,88	3,7/4,44	22,5/32	105,8/135,8	199	
	Какао с молоком	180/200	3,25/3,61	3,59/3,98	14,2/15,76	98,8/109,67	416	
	Бутерброд с маслом	30/40	1,5/2	4,2/5,59	7/9,31	98,2/130,61	1	
Итого за завтрак			7,15/8,49	11,49/14,01	43,7/57,07	302,8/376,08		
2 Завтрак	Фрукты свежие (по сезону)	100/100	1,5/1,5	0,5/0,5	20,95/20,95	88,51/88,51	386	
Итого за 2 завтрак			1,5/1,5	0,5/0,5	20,95/20,95	88,51/88,51		
Обед	Овощи свежие или соленные порционно	40/50	0,28/0,35	0,04/0,05	0,75/0,94	4,48/5,58	16	
	Борщ со свежей капустой, мясом и сметанной	150/180	2,7/3,24	3,8/4,56	10,2/12,24	98,5/158,2	82	
	Плов из птицы	160/200	8,4/12,5	10,75/14,5	16,49/32,5	207,63/295,2	321	
	Компот из смеси сухофруктов	150/180	0,33/0,4	0,02/0,02	20,83/25	85/102	394	
	Хлеб пшеничный	20/25	1,52/1,9	0,15/0,19	9,82/12,3	46,08/57,75		
	Хлеб ржаной	30/35	1,3/1,52	0,4/0,47	9,88/11,56	50,98/59,65		
	Итого за обед		14,53/19,91	15,16/19,79	67,97/94,54	492,67/678,38		
	Полдник	Пицца «детская»	50/50	3,2/3,2	4,8/4,8	10,2/10,2	102,1/102,1	448
		Кисломолочный продукт	180/200	3,5/3,89	4,2/4,66	7,1/7,88	85,2/94,57	420
Итого за полдник			6,7/7,09	9/9,46	17,3/18,08	187,3/196,67		