Приложение 8. Меню приготавливаемых блюд

**МБДОУ «Детский сад «Жемчужинка» 16.01.2025 год.**

**Возрастная категория: Ясли** от 1,5 года до 3 лет

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименованиеблюда  | Весблюда  | Пищевые вещества | Энергетическая ценность | №рецептуры |
| Белки  | Жиры  | Углеводы  |
| Завтрак | Каша молочная пшённая | 150,0 | 4,2 | 5,0 | 24,3 | 160,0 | №6 |
| Чай с сахаром | 150,0 | 0 | 0 | 8,98 | 30,0 | №263 |
| Бутерброд со сливочным маслом | 34,0 | 2,29 | 3,77 | 15,98 | 105,98 |  |
| Второй завтрак | яблоко | 100,0 | 0 | 0 | 12,0 | 50,0 |  |
| Обед | Салат из свежих огурцов и помидор | 30,0 | 0,25 | 1,5 | 0,78 | 17,94 | №87 |
| Щи со сметаной | 200,0 | 2,95 | 4,8 | 6,87 | 9,49 | №56 |
| Жаркое по -домашнему | 150,0 | 5,63 | 3,98 | 11,0 | 170,45 |  |
| компот | 180,0 | 0,43 | 0 | 21,42 | 81,0 | №241 |
| хлеб | 40,0 | 2,72 | 0,36 | 18,68 | 90,4 |  |
| батон | 30,0 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 79,5 |  |
| Уплотненный полдник | винегрет | 45,0 | 0,73 | 2,34 | 3,78 | 41,18 | №143 |
| кисель | 150,0 | 0 | 0 | 14,7 | 60,0 | №86 |
| Вафли | 20,0 | 1,0 | 6,04 | 12,02 | 106,4 |  |

**Возрастная категория: Сад от /3-7 лет/**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименованиеблюда  | Весблюда  | Пищевые вещества | Энергетическая ценность | №рецептуры |
| Белки  | Жиры  | Углеводы  |
| Завтрак | Каша молочная пшённая | 200,0 | 3,09 | 4,07 | 32,09 | 177,0 | №6 |
| Чай с сахаром | 180,0 | 0 | 0 | 11,98 | 43,0 | №263 |
| Бутерброд со сливочным маслом | 45,0 | 3,05 | 4,78 | 4,32 | 139,0 |  |
| Второй завтрак | яблоко | 100,0 | 0 | 0 | 12,0 | 50,0 |  |
| Обед | Салат из свежих огурцов и помидор | 40,0 | 0,34 | 2,04 | 1,04 | 23,92 | №87 |
| Щи со сметаной | 250,0 | 3,68 | 7,07 | 8,58 | 118,0 | №56 |
| Жаркое по -домашнему | 200,0 | 7,5 | 5,3 | 14,66 | 227,27 | №153 |
| компот | 200,0 | 0,48 | 0 | 23,8 | 90,0 | №241 |
| хлеб | 50,0 | 3,04 | 0,45 | 23,35 | 113,0 |  |
| батон | 40,0 | 3,0 | 1,16 | 20,56 | 106,0 |  |
| Уплотненный полдник | винегрет | 60,0 | 0,96 | 3,11 | 5,04 | 54,91 | №143 |
| кисель | 200,0 | 0 | 0 | 19,6 | 80,0 | №86 |
| Вафли | 20,0 | 1,0 | 6,04 | 12,02 | 106,4 |  |