Приложение 8. Меню приготавливаемых блюд

**МБДОУ «Детский сад «Жемчужинка» 10.03.2025г.**

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | №  рецептуры |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Каша ячневая | 150,0 | 5,26 | 6,07 | 21,29 | 159,75 | №32 |
| 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 | сок | 100,0 | 0 | 0 | 12,0 | 50,0 |  |
| Обед | Салат из моркови | 35,0 | 0,42 | 2,5 | 3,4 | 37,07 | №16 |
| Суп из рыбных консервов | 200,0 | 6,10 | 1,56 | 9,95 | 90,51 | №28 |
| Гречка отварная | 100,0 | 8,55 | 7,23 | 41,17 | 270,51 | №186 |
| Гуляш | 60,0 | 4,5 | 5,7 | 1,85 | 123,6 | №152 |
| Компот | 180,0 | 0,43 | 0 | 21,42 | 81,0 | №241 |
| хлеб | 40,0 | 2,72 | 0,36 | 18,68 | 90,4 |  |
| Уплотненный полдник | Овощная запеканка | 100,0 | 3,4 | 5,8 | 14,6 | 124,0 | №40 |
| кисель | 150,0 | 0 | 0 | 17,6 | 72,0 | №86 |
| печенье | 20,0 | 4,1 | 2,3 | 13,2 | 94,0 |  |

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | №  рецептуры |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Каша ячневая | 200,0 | 6,44 | 7,53 | 25,38 | 192,0 | №32 |
| Чай с сахаром | 180,0 | 0 | 0 | 11,98 | 43,0 | №263 |
| Бутерброд со сливочным маслом | 45,0 | 3,05 | 4,78 | 4,32 | 139,10 |  |
| Второй завтрак | сок | 100,0 | 0 | 0 | 12,0 | 50,0 |  |
| Обед | Салат из моркови | 50,0 | 0,605 | 3,55 | 4,85 | 52,96 | №16 |
| Суп из рыбных консервов | 250,0 | 10,18 | 2,6 | 15,08 | 239,34 | №28 |
| Гречка отварная | 150,0 | 10,03 | 8,68 | 49,41 | 324,60 | №186 |
| Гуляш | 80,0 | 6,0 | 7,6 | 2,47 | 164,8 | №152 |
| Компот | 200,0 | 0,48 | 0 | 23,8 | 90,0 | №241 |
| хлеб | 50,0 | 3,4 | 0,45 | 23,35 | 113,0 |  |
| Уплотненный полдник | Овощная запеканка | 150,0 | 5,1 | 87 | 21,9 | 186,0 | №40 |
| Кисель | 200,0 | 0 | 0 | 19,6 | 80,0 | №86 |
| печенье | 20,0 | 4,1 | 2,3 | 13,2 | 94,0 |  |