Приложение 8. Меню приготавливаемых блюд

**МБДОУ «Детский сад «Жемчужинка» 26.06.25**

**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 Рисовая | 150,0 | 4,53 | 7,47 | 23,49 | 171,51 | №1 |
| Чай с сахаром | 150,0 | 1,08 | 1,08 | 11,67 | 76,67 | №255 |
| Бутерброд со сливочным маслом | 34,0 | 2,29 | 3,77 | 15,98 | 105,98 |  |
| Второй завтрак | мандарины | 100,0 | 0 | 0 | 12,0 | 50,0 |  |
| Обед | Салат из свеклы | 30,0 | 0,42 | 1,5 | 0,78 | 11,94 | №15 |
| Рассольник со сметаной | 150,0 | 3,28 | 4,8 | 16,76 | 116,11 | №33 |
| Картофельное пюре | 120,0 | 2,44 | 4,19 | 14,45 | 113,6 | №206 |
| тефтели | 50,0 | 6,67 | 7,53 | 6,22 | 119,52 | №74 |
| Компот | 180,0 | 0,43 | 0 | 21,42 | 81,0 |  |
| хлеб | 40,0 | 2,72 | 0,36 | 18,68 | 90,4 |  |
| батон | 30, | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 79,5 |  |
| Уплотненный полдник | омлет | 80,0 | 6,95 | 12,87 | 1,07 | 148,0 | №216 |
| батон | 30,0 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 79,5 |  |
| чай | 150,0 | 0 | 0 | 8,98 | 30,0 | №263 |
| мармелад | 20,0 | 0 | 0 | 16,6 | 66,6 |  |

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | №  рецептуры |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Каша рисовая | 200,0 | 3,09 | 4,07 | 32,09 | 177,0 | №1 |
| Чай с сахаром | 200,0 | 2,80 | 2,39 | 12,76 | 84,0 | №255 |
| Бутерброд со сливочным маслом | 45,0 | 3,05 | 4,78 | 4,32 | 139,10 |  |
| Второй завтрак | мандарины | 100,0 | 0 | 0 | 12,0 | 50,0 |  |
| Обед | Салат из светлы | 40,0 | 0,34 | 2,04 | 1,04 | 23,92 | №87 |
| Рассольник со сметаной | 250,0 | 4,1 | 7,16 | 20,93 | 145,0 | №63 |
| Картофельное пюре | 150,0 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,0 | №206 |
| Тефтели | 70,0 | 10,35 | 11,6 | 31,33 | 174,53 | №174 |
| Компот | 200,0 | 0,48 | 0 | 23,8 | 90,0 | №241 |
| хлеб | 50,0 | 3,4 | 0,45 | 23,35 | 113,0 |  |
| батон | 40,0 | 3,0 | 1,16 | 20,56 | 106,0 |  |
| Уплотненный полдник | омлет | 100,0 | 9,1 | 15,8 | 1,4 | 184,0 | №69 |
| чай | 180,0 | 0 | 0 | 11,98 | 43,0 | №263№ |
| батон | 40,0 | 3,0 | 1,16 | 20,56 | 106,0 |  |
| мармелад | 20,0 | 0 | 0 | 16,6 | 66,0 |  |