Приложение 8. Меню приготавливаемых блюд

**МБДОУ «Детский сад «Жемчужинка» 20.01.2025год.**

**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 гречневая | 100,0 | 3.0 | 4.27 | 14.6 | 175.33 | №186 |
| Чай с лимоном | 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 свеклы | 30,0 | 0,23 | 1,8 | 0,7 | 20,19 | №12б |
| Суп с макаронными изделиями | 150,0 | 4.3 | 3.9 | 17.51 | 105.6 | №38 |
| Плов | 150,0 | 12,8 | 13,10 | 17,75 | 231,45 | №433 |
| 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 | Рагу из овощей | 150,0 | 2,23 | 4,04 | 10,16 | 86,67 | №77 |
| Кисель | 150,0 | 0 | 0 | 14,7 | 60,0 | №86 |
| пряник | 25,0 | 4.1 | 2.3 | 13.2 | 94.0 |  |
| батон | 30,0 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 79,5 |  |

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | №  рецептуры |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Каша гречневая | 150,0 | 8,59 | 8,58 | 28,49 | 263,0 | №186 |
| Чай с лимоном | 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 свеклы | 40,0 | 0,3 | 2,4 | 0,9 | 26,9 | №12б |
| Суп с макаронными изделиями | 250,0 | 6,45 | 5,16 | 21,92 | 148,87 | №38 |
| Плов | 150,0 | 18,26 | 19,64 | 23,63 | 341,18 | №433 |
| 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 | Рагу из овощей | 180,0 | 2,67 | 4,82 | 12,19 | 104,0 | №77 |
| Кисель | 200,0 | 0 | 0 | 19,6 | 80,0 | №86 |
| Пряник | 25,0 | 4,1 | 2,3 | 13,2 | 94,0 |  |
| батон | 40,0 | 3,0 | 1,16 | 20,56 | 106,0 |  |