Приложение 8. Меню приготавливаемых блюд

**МБДОУ «Детский сад «Жемчужинка» 06.12.2024год.**

**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 молочная «геркулес» | 150,0 | 4,05 | 5,69 | 20,36 | 149,0 | №93 |
| 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 свеж. капусты | 35,0 | 0,42 | 1,5 | 2,6 | 25,77 | №11 |
| Борщ с мясом со сметаной | 200,0 | 2,82 | 4,79 | 7,83 | 93,69 | №27 |
| Рис отварной | 100,0 | 2,4 | 3,6 | 24,5 | 139,8 | №315 |
| Рыба тушёная с овощами | 60,0 | 6,7 | 3,47 | 30,32 | 70,88 | №144 |
| 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 | оладьи | 70,0 | 2,73 | 5,39 | 28,84 | 200,0 | №727 |
| Кисель | 150,0 | 0 | 0 | 17,6 | 72,0 | №86 |
| зефир | 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 молочная «геркулес» | 200,0 | 5,39 | 6,38 | 27,13 | 187,0 | №93 |
| 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 свеж. капусты | 60,0 | 1,0 | 3,1 | 5,7 | 65,5 | №11 |
| Борщ с мясом со сметаной | 250,0 | 3,52 | 5,98 | 9,78 | 117,0 | №27 |
| Рис отварной | 150,0 | 3,6 | 5,4 | 36,8 | 209,7 | №315 |
| Рыба тушёная с овощами | 80,0 | 7,66 | 3,97 | 34,65 | 81,0 | №144 |
| 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 | Оладьи | 80,0 | 4,45 | 6,16 | 32,96 | 228,57 | №727 |
| Кисель | 200,0 | 0 | 0 | 19,6 | 80,0 | №86 |
| зефир | 20,0 | 4,1 | 2,3 | 13,2 | 94,0 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |