



Утверждаю
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 25»

Е.А.Пяшикова

19 января 2024 год

Сезон: Основной

Возрастная категория: 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
	Каша жидкая на молоке (пшеничная)	150	4,1	4,7	24,2	156,00	1,7
	Масло сливочное	5	0,05	3,93	0,05	35,43	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Кофейный напиток с молоком	150	2,2	2,4	14	87,50	1,4
	Яблоко	110	0,4	0,5	11,8	56,40	6
Завтрак2							
10-00	Сок яблочный осветленный	100	0,4	0,0	13,3	56,00	3
Обед							
	Салат из свеклы и горошка с маслом растительным	40	0,4	3,3	4,3	41,0	2,3
	Щи по-уральски с мясом	165	4,7	6,6	14,9	117,40	5,50
	Суфле из печени	60	8,4	1,2	1,8	52,20	
	Макаронные изделия отварные	100	3,5	4,5	18,6	150,00	
	Соус сметанный	15	0,2	0,9	1,2	16,1	0,2
	Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)	150	0,5	0,1	19,9	84,20	5,5
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,36	9,9	45,60	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ I СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), категория 1,5-3 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
			29,3	29,6	153,4	995,1	25,1

Утверждаю
 Заведующий МАДОУ "Детский сад № 25"
 Е.А.Пящикова
 19 января 2024 год

Сезон: Основной
 Возрастная категория: 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
	Каша жидкая на молоке (пшеничная)	200	5,5	6,3	32,3	208,80	2,1
	Масло сливочное	7	0,1	5,5	0,1	49,63	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,9	17,0	107,5	1,70
	Яблоко	110	0,4	0,5	11,8	56,40	6
Завтрак2							
10-00	Сок яблочный осветленный	100	0,4	0,0	13,3	56,00	3
Обед							
	Салат из свеклы и горошка с маслом растительным	60	0,6	4,9	5,2	61,5	2,8
	Щи по-уральски с мясом	200	5,6	8,1	17,0	143,00	6,67
	Суфле из печени	70	9,80	1,40	2,10	60,90	
	Макаронные изделия отварные	120	4,2	5,4	22,3	180,66	
	Соус сметанный с томатом	30	0,4	1,8	3,2	32,8	0,4
	Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)	180	0,70	0,2	25,1	106,50	6,60
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ1 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 3 -7 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
			37,5	39,5	193,7	1281,5	28,8