

Утверждаю
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 25»

Е.А.Пящикова

15 февраля 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							
	Запеканка из творога	90	13,6	11,4	10,2	225,60	0,2
	Соус молочный сладкий	20	0,3	0,7	2,8	20,60	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Какао с молоком	150	2,8	2,9	18,8	91,00	1
	Яблоко	110	0,4	0,5	11,8	56,40	6
Завтрак2							
10-00	Сок	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
	Суп с макаронными изделиями, с птицей	165	5,4	7,2	13,9	106,6	5,20
	Суфле из печени	60	8,4	1,2	1,8	52,20	
	Соус сметанный	15	0,2	0,9	1,2	16,1	0,2
	Рис отварной	100	2,3	4,9	15,5	146,10	
	Компот из сушеных фруктов (курага)	150	0,8	0,1	14,4	62,70	9,0
	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	
Полдник							
	Пирожок печеный с картофелем и луком	60	3,4	2,6	27,5	155,00	2,2
	Молоко обогащенное йодказеином "Умница"	180	5,6	5,2	8,5	109,00	2
Ужин							
	Дополнительный гарнир: огурец консервированный	20	0,3	0,04	0,5	3,85	2,0
	Рагу из овощей с мясом отварным	160	8,1	17,8	9,1	228,00	4,00
	Чай с лимоном	150	0,11	0,00	8,2	34,60	2,2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	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, СЕЗОН			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) С
ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03),			Б	Ж	У		
лет			59,5	61,1	210,8		
возрастная категория 1,5-3						1641,9	39,2

Утверждаю
Заведующий МАДОУ "Детский сад № 25"
Е.А.Пящикова

15 февраля 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								
	Запеканка из творога	105	15,9	13,2	11,9	263,13	0,26	
	Соус молочный сладкий	25	0,40	0,90	3,50	26,00	0,12	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10		
	Какао с молоком	180	3,3	3,4	23,0	109,60	1,20	
	Яблоко	110	0,4	0,5	11,8	56,40	6	
Завтрак2								
10-00	Сок	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	
	Суп с макаронными изделиями, с птицей	200	6,5	8,7	16,8	129,21	6,30	
	Суфле из печени	70	9,80	1,40	2,10	60,90		
	Соус сметанный	25	0,37	1,38	1,9	19,00	0,37	
	Рис отварной	110	2,53	5,39	17,10	160,71		
	Компот из сушеных фруктов (курага)	180	0,96	0,12	17,28	75,24	10,80	
	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		
Полдник								
	Пирожок печеный с картофелем и луком	70	3,9	3,1	32,1	181,30	2,6	
	Молоко обогащенное йодказеином "Умница"	200	6,2	5,8	9,4	121,11	2,44	
Ужин								
	Дополнительный гарнир: огурец консервированный	25	0,25	0,03	0,62	3,50	2,50	
	Рагу из овощей с мясом отварным	200	9,80	20,81	11,40	299,45	5,00	
	Чай с лимоном	180	0,15		9,50	40,10	2,50	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63		
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64		
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ, СЕЗОН			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)	
ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03),			Б	Ж	У			С
лет			71,7	73,1	254,0			1989,3