

День 2
Дети 1,5-3 лет

МЕНЮ
25.07.2025

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ "Детский сад №50 "Незабудка"
Волчкова Валентина Анатольевна

Сборник рецептов	№ тех. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Химический состав, г			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				жиры	белки	углеводы		
		ЗАВТРАК	352	18,6	17,66	43,9	413,72	5,74
1983	2.5.	<u>Морковно-творожная запеканка</u>	120,	8,13	12,6	15,81	185,71	4,77
2007	2.1.	<u>Соус сметанный сладкий</u>	15	2,25	0,38	2,43	31,51	0,06
2012	2.3.	<u>Пшеничный хлеб</u>	30	0,75	2,25	16,2	81,	0,
2012	2.4.	<u>Масло сливочное</u>	7	5,08	0,07	0,1	46,34	0,
2007	2.2.	<u>Какао-напиток на молоке</u>	180	2,39	2,36	9,36	69,16	0,91
		ЗАВТРАК 2	140,	0,	0,	15,4	67,62	2,8
2012	2.6.	<u>Сок фруктовый</u>	140,	0,	0,	15,4	67,62	2,8
		ОБЕД	555	15,54	30,11	74,69	561,52	34,89
2000	2.7	<u>Суп молочный с макаронными изделиями</u>	150	4,36	4,35	17,1	126,92	1,43
2012	2.8	<u>Картофельная запеканка с печенью</u>	170	7,49	21,97	22,75	246,94	26,81
1983	2.9	<u>Соус сметанный</u>	25	3,29	0,73	3,2	45,44	0,05
2012	2.11.	<u>Хлеб ржаной</u>	40	0,4	2,8	17,2	84,	0,
2000	2.10.	<u>Компот из свежих фруктов</u>	170	0,	0,26	14,44	58,22	6,6
		ПОЛДНИК	245	8,28	7,49	24,94	205,45	4,46
2000	2.14.	<u>Салат из моркови с изюмом с растительным маслом</u>	45	2,02	0,59	6,04	43,45	2,12
2000	2.12.	<u>Молоко</u>	180	5,76	5,4	8,1	108,	2,34
2012	2.13.	<u>Пшеничный хлеб</u>	20	0,5	1,5	10,8	54,	0,
		УЖИН	415	9,79	19,61	41,92	334,45	2,62
2000	2.19	<u>Салат из свеклы</u>	45	1,04	0,72	4,22	29,63	2,35
2000	2.16.	<u>Биточки рыбные</u>	80	5,08	15,2	4,63	129,36	0,22
2004	2.17.	<u>Каша перловая</u>	110	3,14	2,09	16,27	96,88	0,
2000	2.15.	<u>Чай с сахаром</u>	160	0,03	0,1	6,	24,58	0,05
2012	2.18.	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	0,5	1,5	10,8	54,	0,
		Итого за день		52,21	74,87	200,85	1582,76	50,51

День 2
Дети 3-7 лет

МЕНЮ
25.07.2025

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ "Детский сад №50 "Незабудка"
Волчкова Валентина Анатольевна

Сборник рецептов	№ тех. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Химический состав, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				жиры	белки	углеводы		
		ЗАВТРАК	417	22,17	21,76	49,86	486,01	7,22
1983	2.5.	<u>Морковно-творожная запеканка</u>	160	10,7	16,3	20,26	241,15	6,14
2007	2.1.	<u>Соус сметанный сладкий</u>	20	3,	0,5	2,57	39,36	0,08
2012	2.3.	<u>Пшеничный хлеб</u>	30	0,75	2,25	16,2	81,	0,
2012	2.4.	<u>Масло сливочное</u>	7	5,08	0,07	0,1	46,34	0,
2007	2.2.	<u>Какао-напиток на молоке</u>	200	2,64	2,64	10,73	78,16	1,
		ЗАВТРАК 2	140,	0,	0,	15,4	67,62	2,8
2012	2.6.	<u>Сок фруктовый</u>	140	0,	0,	15,4	67,62	2,8
		ОБЕД	660	19,94	38,06	91,91	702,77	38,7
2000	2.7	<u>Суп молочный с макаронными изделиями</u>	200	6,62	6,07	25,27	187,76	1,72
2012	2.8	<u>Картофельная запеканка с печенью</u>	180	8,48	27,31	25,22	287,25	29,88
1983	2.9	<u>Соус сметанный</u>	30	4,34	0,9	3,98	58,54	0,06
2012	2.11.	<u>Хлеб ржаной</u>	50	0,5	3,5	21,5	105,	0,
2000	2.10.	<u>Компот из свежих фруктов</u>	200	0,	0,28	15,94	64,22	7,04
		ПОЛДНИК	288,6	9,17	8,98	33,22	252,59	5,19
2000	2.14.	<u>Салат из моркови с изюмом с растительным маслом</u>	60	2,02	0,73	8,02	51,59	2,59
2000	2.12.	<u>Молоко</u>	200	6,4	6,	9,	120,	2,6
2012	2.13.	<u>Пшеничный хлеб</u>	28,6	0,75	2,25	16,2	81,	0,
		УЖИН	505	12,73	22,86	54,09	415,97	3,46
2000	2.19	<u>Салат из свеклы</u>	60	2,04	0,96	5,63	45,5	3,14
2000	2.16.	<u>Биточки рыбные</u>	90	6,83	17,35	6,38	161,38	0,26
2004	2.17	<u>Каша перловая</u>	130	3,2	2,55	19,96	112,88	0,
2000	2.15.	<u>Чай с сахаром</u>	200	0,03	0,12	7,	28,71	0,06
2012	2.18.	<u>Хлеб пшеничный</u>	25	0,63	1,88	15,12	67,5	0,
		Итого за день		64,01	91,66	244,48	1924,96	57,37