

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
д/с № 11 «Лазурный»
С.А. Сулименко
Приказ от 09 января 2025 г №01-09-34ОД

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД
12 ЧАСОВ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ
25.06.2025

25.06.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 День 3								
Завтрак	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,8	3,3	15,4	104,2	199	
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,9	2,8	11,3	88,9	416	
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	1,6	5,4	7,8	91,2	3	
Итого за завтрак		355	7,3	11,5	34,5	284,3		
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400	
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6		
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,6	1,8	4,8	36,3	41	
	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2,1	2,5	12,8	79,7	81	
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	2	3,4	16,6	98,9	200	
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	5,4	6,2	7	116,5	322	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	180	0,8	0,2	16,6	80,3	418	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,9	0,3	11,5	40		
Итого за обед		610	12,5	14,5	78,3	486,0		
Уплотнен ный полдник	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	40	0,3	0	0,6	4	71	
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ.	180	7,5	6,2	12,3	134	346	
	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0	0	4,4	18,7	264	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,5	0,2	6,9	24		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3		
Итого за уплотненный полдник		430	9,0	6,5	33,2	215,0		
Ужин	кондитерские изделия	30	0,5	0,7	25,4	106,2		
	кисломолочный продукт	180	4,3	4,5	8,1	89,1	420	
Итого за ужин		210	4,8	5,2	33,5	195,3		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				34,05	38,12	190,0	1253,2	

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)
СанПин Приложение №9,10

Завтрак и 2-ой завтрак		Обед		Уплотненный полдник		Ужин		Всего	
норма	факт	норма	факт	норма		норма	факт	норма	факт

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в Ккал)

Калорийность	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С
Норма					
Факт					
Фактически в %					