

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
24.06.2025**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	12	11,4	23,3	220,5	366
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3	13,1	98,8	414
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,9	4,3	12	83,1	1
Итого за завтрак		355	16,4	18,7	48,4	402,4	
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 ИЗ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,4	2	1,0	23,5	20
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180	1,6	2,5	8,5	57,7	110
	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	160	10,4	15,6	22,5	302,8	266
	КИСЕЛЬ	150	0,2	0	16,5	63,0	239
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,9	0,3	11,5	40	
Итого за обед		575	14,4	20,6	72,0	532,7	
Уплотне нный полдник	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ, (СОЛЕННЫЕ)	40	0,3	0	0,6	4	71
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,2	3,4	14,5	100,4	339
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	4,2	1,5	11,2	100,5	239
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0	0	8,6	37,0	686
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,5	0,2	6,9	24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	
Итого за уплотненный полдник		425	8,1	5,3	53,8	311,6	
Ужин	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	40	0,9	4,5	23,0	142,4	483
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	3,8	3,5	7,8	84,2	419
Итого за ужин		220	4,7	8,0	30,8	226,6	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			44,05	53,02	215,5	1545,9	

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 %					