

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
Д/с № 1 «Лазурный»
С.А. Сулименко
Приказ от 09 января 2025 г №01-09-34ОД

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД
12 ЧАСОВ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ

06.11.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 День 4								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ)	150	3,5	5	12,5	105,8	101	
	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	8,0	13,2	31,6	285,9		
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400	
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6		
Обед	КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ПОРЦИЯМИ) ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,8	3,2	2,8	46,2	50	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180	1,6	2,5	8,5	57,7	110	
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	180	16	21,7	21,3	285,4	133	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,2	0	13,9	54,9	394	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,9	0,3	11,5	40		
Итого за обед		590	20,2	27,8	67,0	518,5		
Уплотненный полдник	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЕЦ)	40	0,3	0	0,6	4	71	
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	180	13,1	5,3	4,6	147,9	249	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0	0	8,6	37,0	686	
	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	14,6	5,6	29,7	247,2		
Ужин	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(ПРЯНИК)	25	0,4	0,6	21,1	88,5		
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(СНЕЖОК)	180	4,3	4,5	8,1	89,1	420	
Итого за ужин		205	4,7	5,1	29,2	177,6		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				47,95	52,12	168,0	1301,8	