

**Меню для МБДОУ " Переясловский детский сад" Шалуныя"**

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------|--------------------------------|--------------|----------------------|------|----------|--------------------------------|
|             |                                |              | белки                | жиры | углеводы |                                |

*10-й день 21.04.2023г 3-7 лет*

**Завтрак**

|     |                             |      |      |      |       |        |
|-----|-----------------------------|------|------|------|-------|--------|
| 43  | <i>Суп молочный рисовый</i> | 200  | 3,78 | 7,4  | 22,84 | 178,13 |
| 1   | <i>Бутерброд с маслом</i>   | 30/5 | 2,3  | 4,36 | 14,62 | 108,0  |
| 248 | <i>Какао с молоком</i>      | 180  | 1,2  | 1,3  | 13,0  | 90,0   |

**Второй завтрак**

|       |            |     |      |     |      |      |
|-------|------------|-----|------|-----|------|------|
| 10.00 | <i>Сок</i> | 180 | 0,30 | 0,3 | 7,35 | 35,3 |
|-------|------------|-----|------|-----|------|------|

**Обед**

|        |                       |     |       |       |       |        |
|--------|-----------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 38     | <i>Суп гороховый</i>  | 250 | 6,45  | 5,16  | 21,92 | 148,87 |
| 1      | <i>Хлеб пшеничный</i> | 40  | 2,45  | 7,55  | 14,62 | 136,0  |
| ст.136 | <i>Овощное рагу</i>   | 170 | 25,25 | 23,68 | 49,12 | 581,2  |
| 263    | <i>Чай с сахаром</i>  | 180 | 0,0   | 0,0   | 11,98 | 43,0   |

**Полдник**

|       |                           |     |       |       |       |        |
|-------|---------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| с.146 | <i>Пирожок с повидлом</i> | 160 | 24,30 | 21,29 | 19,15 | 393,12 |
| 255   | <i>Молоко кипяченое</i>   | 200 | 5,8   | 5     | 9,6   | 108    |

| № рецептуры | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая ценность |
|-------------|--------------------------------|--------------|----------------------|------|----------|-------------------------|
|             |                                |              | белки                | жиры | углеводы |                         |

*10-й день - 21.04.2023г (от 1,5-3 лет)*

**Завтрак**

|     |                             |      |      |      |       |        |
|-----|-----------------------------|------|------|------|-------|--------|
| 43  | <i>Суп молочный рисовый</i> | 150  | 2,94 | 6,45 | 17,18 | 138,78 |
| 1   | <i>Бутерброд с маслом</i>   | 30/4 | 1,54 | 3,46 | 9,75  | 78,0   |
| 248 | <i>Какао с молоком</i>      | 150  | 1,0  | 1,08 | 10,83 | 75,0   |

**Второй завтрак**

|       |            |     |      |     |      |      |
|-------|------------|-----|------|-----|------|------|
| 10.00 | <i>Сок</i> | 150 | 0,30 | 0,3 | 7,35 | 35,3 |
|-------|------------|-----|------|-----|------|------|

**Обед**

|        |                       |     |       |       |       |        |
|--------|-----------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 38     | <i>Суп гороховый</i>  | 200 | 4,3   | 3,9   | 17,51 | 105,60 |
| 1      | <i>Хлеб пшеничный</i> | 30  | 2,45  | 7,55  | 14,62 | 136,00 |
| ст.136 | <i>Овощное рагу</i>   | 145 | 25,25 | 23,68 | 49,12 | 581,2  |
| 263    | <i>Чай с сахаром</i>  | 150 | 0,0   | 0,0   | 8,98  | 30,0   |

**Полдник**

|       |                           |        |       |       |       |        |
|-------|---------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|
| с.146 | <i>Пирожок с повидлом</i> | 100/20 | 22,52 | 19,45 | 17,68 | 268,00 |
| 255   | <i>Молоко кипяченое</i>   | 150    | 4,35  | 3,75  | 7,2   | 81,0   |