

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Асекеевский детский сад «Улыбка»»  
Асекеевского района Оренбургской области



## Ежедневное меню

на «16» 05 2025г.

питания детей

на зимне-весенний период

Возрастная категория: 1 – 7 лет

Режим питания: четырехразовое

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 10,5 часов

| Приём пищи         | Наименование блюда                            | Выход блюда | Пищевые вещества(г) |             |               | Энергетическая ценность | № рецептуры  | С рецептуры |
|--------------------|-----------------------------------------------|-------------|---------------------|-------------|---------------|-------------------------|--------------|-------------|
|                    |                                               |             | Б                   | Ж           | У             |                         |              |             |
| День 10<br>Завтрак | Каша рисовая молочная                         | 150         | 3,3                 | 6,9         | 19,1          | 163,5                   | №331         | *           |
|                    |                                               | 200         | 4,4                 | 9,2         | 25,4          | 218,0                   |              |             |
|                    | Хлеб пшеничный с маслом                       | 20/5        | 2,37                | 7,03        | 9,74          | 115,10                  | №1           | *           |
|                    |                                               | 30/6        | 3,46                | 10,03       | 14,60         | 167,30                  |              |             |
|                    | Чай с лимоном и сахаром                       | 150         | 0,15                | —           | 11,4          | 43,5                    | №412         | *           |
|                    |                                               | 200         | 0,2                 | —           | 15,0          | 58,0                    |              |             |
| Объём блюд         |                                               | 350/436     |                     |             |               |                         |              |             |
| 2 завтрак          | Витаминный кисель                             | 100         | 0,4                 | —           | 8,7           | 41                      | №4 (5)       |             |
|                    |                                               | 100         | 0,4                 | —           | 8,7           | 41                      |              |             |
| Объём блюд         |                                               | 100/100     |                     |             |               |                         |              |             |
|                    | Итого                                         |             | 6,22/8,46           | 13,93/19,23 | 49,24/63,7    | 363,1/484,3             |              |             |
| Обед               | Суп крестьянский на м/б                       | 150         | 2,6                 | 2,7         | 6,6           | 78,0                    | №86          |             |
|                    |                                               | 200         | 5,2                 | 5,4         | 13,1          | 156,0                   |              |             |
|                    | Тефтели из мяса говядины с тушеным картофелем | 50/110      | 15,0                | 17,2        | 14,4          | 281,7                   | №304<br>№339 | *           |
|                    |                                               | 70/130      | 19,9                | 22,4        | 17,3          | 352,9                   |              |             |
|                    | Салат из лука                                 | 10          | 0,44                | -           | 1,5           | 8,2                     | №11          | *           |
|                    |                                               | 15          | 0,55                | -           | 1,9           | 10,3                    |              |             |
|                    | Компот из сухофруктов                         | 150         | 0,24                | —           | 15,2          | 63,1                    | № 394        | *           |
|                    |                                               | 180         | 0,36                | —           | 22,8          | 94,7                    |              |             |
|                    | Хлеб пшеничный<br>Хлеб ржаной                 | 40/50       | 3,31/4,0            | 0,47/0,54   | 26,51/31,28   | 123 146                 | №147         |             |
|                    |                                               | 20/20       |                     |             |               |                         |              |             |
| Объём блюд         |                                               | 530/665     |                     |             |               |                         |              |             |
|                    | Итого                                         |             | 21,59/30,01         | 20,37/28,34 | 64,93/86,56   | 554,0/759,9             |              |             |
| Полдник            | Кондитерские изделия                          | 40          | 2,6                 | 10,5        | 23,2          | 203,2                   |              |             |
|                    |                                               | 60          | 3,2                 | 12,8        | 28,4          | 248,4                   |              |             |
|                    | Сок                                           | 150         | 5,6                 | 6,2         | 9,0           | 124,0                   |              |             |
|                    |                                               | 200         |                     |             |               |                         |              |             |
| Объём блюд         |                                               | 190/260     |                     |             |               |                         |              |             |
|                    | Итого                                         |             | 8,2/8,8             | 16,7/19,0   | 32,2/37,4     | 327,2/372,4             |              |             |
| ИТОГО              |                                               |             | 36,01/47,27         | 51,0/66,57  | 146,37/187,66 | 1254,3/1616,6           |              |             |

\*Сборник рецептов на продукцию для питания детей в ДОО. Сборник технических нормативов 2016 год