

2 неделя  
Пятница (день 5) « 18 » апреля 2025 г.  
Весенне-летний период  
возраст от 1,5 – 3 лет, от 3 - 7 лет

Утверждаю  
Заведующий МДОУ «Детский сад № 7»  
п.Новоорск  
Шкаровская Л.И.



| Прием пищи       | Наименование блюда                           | Вес блюда      | Пищевые вещества   |                    |                      | Энерг.ценн. (ккал)    | № рецептуры |
|------------------|----------------------------------------------|----------------|--------------------|--------------------|----------------------|-----------------------|-------------|
|                  |                                              |                | белки              | жиры               | углеводы             |                       |             |
| <b>Завтрак 1</b> |                                              |                |                    |                    |                      |                       |             |
|                  | Омлет натуральный с кабачковой икрой         | 130/150        | 16,05/21,4         | 27,88/37,17        | 2,47/3,29            | 324,71/432,9          | №216        |
|                  | Бутерброд с маслом                           | 30/5/35/5      | 2,32/2,70          | 3,81/3,85          | 14,82/17,28          | 102/114               | № 1         |
|                  | Чай с сахаром                                | 150/200        | 0,1/0,2            | 0                  | 9,75/13,0            | 50,0/54,0             | №132        |
|                  | <b>Итого за завтрак 1</b>                    | <b>315/390</b> | <b>18,47/24,3</b>  | <b>31,69/41,02</b> | <b>27,04/33,57</b>   | <b>476,71/600,9</b>   |             |
| <b>Завтрак 2</b> |                                              |                |                    |                    |                      |                       |             |
|                  | Напиток из шиповника                         | 100            | 0,34               | 0,14               | 8,33                 | 42,5                  | № 538       |
|                  | <b>Итого за завтрак 2</b>                    | <b>100</b>     | <b>0,34</b>        | <b>0,14</b>        | <b>8,33</b>          | <b>42,5</b>           |             |
| <b>Обед</b>      |                                              |                |                    |                    |                      |                       |             |
|                  | Салат из свеклы с черносливом                | 40/60          | 0,66/0,99          | 2,69/4,04          | 5,62/8,43            | 49,78/74,67           | №58         |
|                  | Борщ на мясном бульоне со сметаной и фасолью | 150/180        | 2,4/2,88           | 1,1/1,32           | 5,6/6,72             | 58,1/69,72            | №29         |
|                  | Азу                                          | 180/200        | 13,15/14,61        | 16,89/18,76        | 15,23/16,92          | 267,09/296,76         | № 260       |
|                  | Компот из сухофруктов                        | 150/180        | 0,78/0,94          | 0                  | 20,22/24,3           | 80,6/96,7             | №122        |
|                  | Хлеб пшеничный                               | 35/50          | 2,76/3,9           | 0,35/0,5           | 16,9/24,0            | 82,6/117,86           | №555        |
|                  | Хлеб ржаной                                  | 40/50          | 2,6/3,2            | 0,5/0,6            | 13,0/16,2            | 67,6/84,5             | №555        |
|                  | <b>Итого за обед</b>                         | <b>595/720</b> | <b>22,35/26,48</b> | <b>21,53/25,22</b> | <b>76,57/96,57</b>   | <b>605,77/811,49</b>  |             |
| <b>Полдник</b>   |                                              |                |                    |                    |                      |                       |             |
|                  | Кондитерские изделия (печенье)               | 50/60          | 3,8/4,56           | 4,9/5,88           | 37,2/44,64           | 208,5/250,2           | № 55        |
|                  | Чай с молоком                                | 180/200        | 2,80/3,11          | 3,20/3,55          | 10,71/12,24          | 83,00/93,00           | №501,506    |
|                  | <b>Итого за полдник</b>                      | <b>230/260</b> | <b>6,6/7,66</b>    | <b>8,1/9,43</b>    | <b>47,91/56,88</b>   | <b>291,5/343,2</b>    |             |
|                  | <b>Итого за день</b>                         |                | <b>47,76/58,78</b> | <b>61,46/75,88</b> | <b>159,85/195,35</b> | <b>1416,4/1798,09</b> |             |