

Цент развития ребенка - детский сад № 1

Утверждаю
Заведующий МДОУ
Колосова Л.С.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
на 01.10.2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал.	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1-й завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,2	5,4	20,0	158	Сборник рецептов блюд 2010 г. № 14
	Масло сливочное	5	0,0	4,0	0,0	37	
	Хлеб пшеничный	40	3,0	1,1	20,5	100	
	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74	
	Кофейный напиток на молоке	180	4,3	3,4	23,0	142	Сборник рецептов блюд 2010 г. № 98
Итого за 1-й завтрак		435	13,6	22,2	63,6	511	
2-й завтрак	Сок натуральный напиток Витошка	100	0,5	0,1	10,1	46	
Обед	Рассольник "Ленинградский" с говядиной	200	8,6	13,4	14	166	Сборник рецептов блюд 2010 г. № 8
	Рыба тушеная в томате с овощами	70	13,3	6,6	6,0	139	Сборник рецептов блюд 2010 г. № 48
	Картофельное пюре	130	2,8	4,0	10,1	110	Сборник рецептов блюд 2010 г. № 78
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0,0	28,4	117	Сборник рецептов блюд 2010 г. № 91
	Хлеб ржаной	40	4,0	0,5	16,2	105	
Итого за обед		580	25,2	24	58,5	532	
	Булочка "Веснушка"	60	4,9	3,3	29,5	179	Сборник рецептов блюд 2010 г. № 107
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	8,0	32	Сборник рецептов блюд 2010 г. № 96
Итого за полдник		240	4,9	3,3	37,5	211	
Всего за день		1 355	44,2	49,6	169,7	1 300	