УТВЕРЖДАЮ :

 Заведующий МБДОУ «ЦРР-

 детский сад № 10»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.В.Ляшенко

 Меню на 7 июля 2025года

 3-7 лет сад

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда |  Пищевые вещества | Вит. «С»  | № рецептуры |
| Вес блюда ( г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы(г) | Энерг. Ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  Завтрак | Каша геркулес молочнаяКофейный напиток Батон с маслом | 18019023/5 | 6,211,32,52 | 6,471,34,41 | 22,091414,47 | 1629294,15 | 1,951,050 | 882531 |
| 2 завтрак  | яблоко | 85 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 3,0 | 9 |  |
| Обед | Салат из св. помидорБорщ курицей и сметанойПлов с мясомКомпот из сухофруктовХлеб ржано-пшеничный | 6018018018048 | 0,62,6813,250,512,9 | 2,122,8312,900,6 | 2,0817,1444,224,2326,9 | 60,04104,7359,9190126 | 12,298,253,80,4- | 21381632338 |
|  | За обед | 628 | 22,74 | 19,39 | 117,6 | 752,7 | 29,35 |  |
| Ус. полдник | Сырник из творогаКакао Сметанный соус | 12518050 | 6,21,27 | 7,961,35,55 | 22,27,756,62 | 208,238,2845 | 0,53,60,01 | 130263255 |
| Итого по приему пищи | 355 | 14,37 | 13,63 | 44,53 | 294,48 | 4,34 |  |
|  | Всего за день |  | 47,61 | 46,39 | 173,2 | 1455,4 | 39,6 |  |

 УТВЕРЖДАЮ :

 Заведующий МБДОУ «ЦРР-

 детский сад № 10»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.В.Ляшенко

 Меню на 7 июля 2025года

 Ясли 1-3 лет

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда |  Пищевые вещества | Вит. «С» | № рецептуры |
| Вес блюда ( г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы(г) | Энерг. Ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  Завтрак | Каша геркулес молочная Кофейный напитокБатон с маслом  | 16016520/5 | 5,661,082,1 | 4,61,084,44 | 18,8211,6712,06 | 13876,6768,1 | 1,951,050 | 882531 |
|  | За завтрак | 350 | 8,84 | 10,12 | 43,09 | 282,77 |  |  |
| 2 завтрак  | яблоко | 85 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 3,0 | 9 |
| Обед | Салат из св.помидорБорщ с курицей и сметанойПлов с мясомКомпот из сухофруктовХлеб ржано-пшеничный | 4015015015040 | 0,451,6110,90,421,88 | 2,021,710,600,28 | 1,5610,238,320,4519,92 | 40,282,8304,328385,60 | 10,24,453,20,3- | 21381632332 |
|  | За обед | 520 | 17,41 | 16,62 | 91,97 | 614,73 | 20,85 |  |
| Ус. полдник | СырникКакао Сметанный соус | 11015040 | 4,813,5 | 5,21,23,37 | 18,686,434,08 | 18923,5640 | 0,311,90,11 | 130263255 |
|  | Итого по приему пищи | 300 | 8,3 | 8,57 | 29,19 | 252,6 | 2,32 |  |
|  | Всего за день |  | 36,68 | 38,26 | 178,3 | 1269,58 | 28,99 |  |