УТВЕРЖДАЮ :

 Заведующий МБДОУ «ЦРР-

 детский сад № 10»

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

 Меню на 19 сентября 2025 года

 3-7 лет сад

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда |  Пищевые вещества | № рецептуры |
| Вес блюда ( г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы(г) | Энерг. Ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|  Завтрак | Каша гречневая молочнаяКофейный напиток Батон с маслом  | 18019023/5 | 6,211,32,52 | 6,471,34,41 | 22,091414,47 | 1629294,15 | 1752531 |
|  | За завтрак | 400 | 10,03 | 12,24 | 51,37 | 348,15 |  |
| 2 завтрак  | яблоко | 95 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 9 |
| Обед | Огурец соленыйСуп гроховый с курицей Картофельное пюре с масломРыба под омлетомКомпот из сухофруктовХлеб ржано-пшеничный | 301801307018055 | 0,13,524,057,80,512,9 | 05,986,244,6800,6 | 0,89,7818,069,8424,2326,9 | 1,2165142,09090126 | 5862062492418 |
|  | За обед | 620 | 22,04 | 20,54 | 94,37 | 665,77 |  |
| Ус. полдник | Рис с овощамиЧайХлеб | 18018010 | 3,4602,07 | 5,804,22 | 29,78,9812,0 | 1775856,75 | 2112648 |
|  | За полдник | 370 | 5,53 | 10,02 | 50,68 | 291,7 |  |
|  | Всего за день |  | 44,07 | 50,25 | 196,56 | 1376,82 |  |

 УТВЕРЖДАЮ :

 Заведующий МБДОУ «ЦРР-

 детский сад № 10»

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

 Меню на 19 сентября 2025 года

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ПрПрием пищи | Наименование блюда |  Пищевые вещества | № рецептуры |
| Вес блюда ( г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы(г) | Энерг. Ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|  Завтрак | Каша гречневая молочная Кофейный напитокБатон с маслом  | 16016520/5 | 5,661,082,1 | 4,61,084,44 | 18,8211,6712,06 | 13876,6768,1 | 1752531 |
|  | За завтрак | 350 | 8,84 | 10,12 | 43,09 | 282,77 |  |
| 2 завтрак  | яблоко | 95 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 9 |
| Обед | Огурец соленыйСуп гороховый с курицей Картофельное пюре с масломРыба под омлетомКомпот из сухофруктовХлеб ржано-пшеничный | 201501106015040 |  0,082,352,44,890,421,88 | 0,084,794,193,900,28 | 0,067,8414,458,220,4519,92 | 1,1113,691057585,6 |  5342062492418 |
|  | За обед | 520 | 15,58 | 16,03 | 74,6 | 535,2 |  |
| Ус. полдник | Рис с овощамиЧай Печенье Хлеб | 15015010 | 2,9401,8 | 4,9203,7 | 25,286,9811,5 | 150,894047,75 | 211264898 |
|  |  | 250 | 4,74 | 8,68 | 43,76 | 238,64 |  |
|  | Всего за день |  | 35,74 | 40,6 | 151,48 | 1136,4 |  |

 1-3 лет ясли