

Утверждено:
заведующий МДОУ
«Детский сад»с.Добровольское
И.С.Дуйсенбенова

Ежедневное меню питания детей дошкольного возраста (1,5-7лет) на понедельник 11.11.2024г

1,5-3лет	выход	белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Fe	B 1	B 2	C	3-7 лет	выход	белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Fe	B 1	B 2	C	
завтрак											завтрак											
Каша манная молочная	150	4.66	6.98	16.88	147.62	157.73	0.25	0.05	0.16	1.69	каша манная молочная	200	7.28	8.71	27.16	219.13	225.7	0.50	0.07	0.21	2.21	
какао с молоком	150	2.94	2.53	11.46	78.71	112.53	0.44	0.04	0.14	1.20	какао с молоком	180	3.56	3.05	15.35	100.88	134.86	0.58	0.05	0.17	1.43	
масло порционное	8	0.06	5.80	0.10	52.88	1.92	0.02	0.00	0.01	0.00	масло порционное	10	0.08	7.25	0.13	66.10	2.40	0.02	0.00	0.01	0.00	
батон	20	1.52	0.18	9.94	45.20	4.60	0.40	0.03	0.01	0.00	батон	30	2.28	0.27	14.91	67.80	6.90	0.60	0.05	0.02	0.00	
2 завтрак											2 завтрак											
Км.продукция «Снежок»	150	0.80	0.60	20.60	94.00	38.0	4.60	0.04	0.06	10.00	Км.прод.»Снежок»	200	0.80	0.60	20.60	94.60	38.00	4.60	0.04	0.06	10.00	
обед											обед											
Салат из св. помидор	40	0,73	3.11	5.40	52.31	7.33	0.35	0.04	0.03	6.15	Салат из св.помидор	60	1.11	5.17	8.22	83.51	11.18	0.53	0.06	0.04	9.32	
суп с мясными фрикадельками	150\15	4.53	4.05	10.27	93.44	12.27	1.09	0.09	0.08	12.27	суп с мясными фрикадельками	250\15	5.39	5.58	17.04	137.60	18.66	1.48	0.14	0.11	20.35	
Рыба туш.с овощами/рис	70/110	12.69	4.25	1.30	92.70	36.42	0.75	0.09	0.09	1.45	Рыба туш с овощ/рис	80/130	14.45	5.23	1.30	108.57	40.98	0.84	0.10	0.10	1.49	
компот из шиповника	150	0.00	0.00	13.80	55.20	2.04	0.09	0.00	0.02	15.00	компот из шиповника	200	0.00	0.00	18.40	73.60	2.72	0.12	0.00	0.02	20.00	
хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.91	67.80	6.90	0.60	0.05	0.02	0.00	хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.91	67.80	6.90	0.60	0.05	0.02	0.00	
хлеб ржаной	30	1.98	0.36	11.88	59.40	8.70	1.17	0.05	0.02	0.00	хлеб ржаной	40	2.64	0.48	15.84	79.20	11.60	1.56	0.07	0.03	0.00	
полдник											полдник											
Булочка творожная	60	8.91	6.65	14.58	165.01	82.49	0.56	0.05	0.14	0.08	Булочка творожная	80	11.85	8.51	19.43	216.29	109.94	0.73	0.07	0.18	0.11	
чай с сахаром	150	2.52	2.25	11.24	73.44	108.23	0.11	0.04	0.14	1.17	чай с сахаром	180	2.52	2.25	14.25	84.84	108.33	0.12	0.04	0.14	1.17	
итого за весь день		46.13	41.02	168.00	1227.58	583.16	10.44	0.59	0.94	49.01	итого за весь день		56.44	51.50	216.29	1558.22	693.76	12.13	0.77	1.04	66.08	

Утверждено:
заведующий МДОУ
«Детский сад»с.Добровольское
_____ И.С.Дуйсенбенова