

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 245»



Утверждаю:

Приказом заведующего
Л.С.Захарова

№ 139 - ОСН ОТ 18.10.2024

ОСНОВНОЕ ОРГАНИЗОВАННОЕ МЕНЮ

Возрастная категория от 1,5 до 3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/20	20,90	13,33	30,83	250,51	237	2012
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,53	4,71	10,32	89,80	1	2008
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	6,00	4,91	14,80	129,33	433	2008
Итого за прием пищи:	345	28,43	22,95	55,95	469,64		
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	5,12	2,21	9,84	79,99	87	2012
ЛАСТОЧКИНО ПИЕЗДО	60	11,70	11,63	4,37	168,88	278	2008
СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	110	1,76	3,02	10,07	74,69	56	2008
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА (ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ)	150	0,00	0,00	9,71	38,82	383	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	5	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	4	2008
Итого за прием пищи:	515	21,81	17,20	55,02	462,38		
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	434	2008
СУХАРИКИ СДОБНЫЕ	40	4,58	1,77	31,41	160,11	115	2012
Итого за прием пищи:	220	9,64	6,14	39,79	254,39		
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	8,60	6,43	36,32	226,33	206	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,15	1,70	11,17	69,00	432	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	5	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	4	2008
Итого за прием пищи:	400	13,55	8,44	67,62	381,84		
Всего за день:		73,43	54,73	218,38	1 568,25		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,80	4,26	24,99	157,79	164	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,53	4,71	10,32	89,80	3	2008
ЧАЙ НА МОЛОКЕ	180	4,92	4,24	15,13	79,58	394	2012
Итого за прием пищи:	355	11,25	13,21	50,44	327,17		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30	0,41	0,06	2,39	11,93		2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150	4,36	6,73	8,04	112,48	95	2008
КНЕЛИ ИЗ КУР	50	8,90	10,88	3,53	147,61	319	2008
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	120	12,29	3,25	25,68	181,28	1	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (КУРАГА)	150	0,72	0,04	14,04	60,05	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	5	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	4	2008
Итого за прием пищи:	545	29,91	21,30	74,71	613,35		
БИВАЦИЛ	180	5,06	4,37	13,79	115,24	434	2008
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	4,42	3,17	33,50	130,03	460	2012
Итого за прием пищи:	230	9,48	7,54	47,29	245,27		
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГОНОВСКИ	60	12,92	5,90	4,56	139,16	261	2008
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	5,35	2,87	34,21	134,25	206	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,99	2,43	12,56	84,72	432	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	5	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	4	2008
Итого за прием пищи:	400	24,06	11,51	69,46	444,64		
Всего за день:		74,70	53,56	241,90	1 630,43		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,71	4,57	24,06	156,60	189	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	5,12	4,24	16,16	124,50	395	2012
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	32	3,10	6,71	10,32	114,52	1	2008
Итого за прием пищи:	362	12,93	15,52	50,54	395,62		
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,90	0,06	1,89	11,64	40	2008
СУП ХАРЧО С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150	4,28	6,06	12,95	126,83		2008
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	13,31	12,86	20,55	201,54	276	2012
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА (ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ)	150	0,00	0,00	9,71	38,82	383	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	5	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	4	2008
Итого за прием пищи:	525	21,72	19,32	66,13	478,83		
СОК	180	0,87	0,17	17,63	75,08		
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,00	3,92	29,76	166,80		2008
Итого за прием пищи:	220	3,87	4,09	47,39	241,88		
БЕЛИП С ТВОРОГОМ	80	14,31	7,16	6,57	149,24	248	2012
ГАРНИР ГРЕЧНЕВЫЙ С ОВОЩАМИ	100	5,30	3,93	24,14	103,08	166	2012
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0,00	6,91	28,58	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	5	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	4	2008
Итого за прием пищи:	400	22,45	11,40	55,75	367,41		
Всего за день:		60,97	50,33	219,81	1 483,74		