

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 5 "Радуга" города Шумерля Чувашской Республики



Меню приготовленных блюд  
Длительность пребывания дошкольников 11 часов

ясли №8 от 19.02.2022

| Прием пищи       | Наименование блюда                       | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|------------------|------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|----------------|
|                  |                                          |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |                |
| завтрак          | бутерброд с маслом                       | 30        | 1,1              | 4,8   | 11,5     | 97,2                       | 10             |
|                  | каша манная                              | 150       | 4,38             | 5,76  | 16,24    | 130,34                     | 29             |
|                  | кофейный напиток с молоком               | 180       | 2                | 2,2   | 11       | 70                         | 2              |
|                  |                                          |           |                  |       |          |                            |                |
|                  |                                          |           |                  |       |          |                            |                |
|                  |                                          |           |                  |       |          |                            |                |
|                  |                                          |           |                  |       |          |                            |                |
| второй завтрак   | фрукты(яблоко)                           | 95        | 0,38             | 0,38  | 9,31     | 39,9                       | 102            |
| итого за завтрак |                                          | 455       | 7,86             | 13,14 | 48,05    | 337,44                     |                |
| обед             | овощи свежие (помидоры)                  | 40        | 0,4              | 0,1   | 1,5      | 9,6                        | 112            |
|                  | щи из свежей капусты на мясном бульоне   | 150       | 3,62             | 5,27  | 6,5      | 88,42                      | 101            |
|                  | запеканка рисовая с мясом и соусом       | 160       | 8                | 9     | 25       | 209                        | 49             |
|                  | лимонный напиток                         | 150       | 0,07             | 0     | 8,24     | 31,33                      | 45             |
|                  | хлеб ржаной                              | 40        | 2,64             | 0,48  | 13,68    | 66,16                      | 95             |
|                  |                                          |           |                  |       |          |                            |                |
|                  |                                          |           |                  |       |          |                            |                |
| итого за обед    |                                          | 540       | 14,73            | 14,85 | 54,92    | 404,51                     |                |
| полдник + ужин   | рисово-рыбная запеканка со сметанной под | 180       | 14,63            | 12,04 | 17,55    | 250,2                      | 66             |
|                  | ряженка                                  | 180       | 4,2              | 4,5   | 7,6      | 93,2                       | 435            |
|                  | батон                                    | 40        | 3,04             | 0,36  | 18,68    | 85,44                      | 5              |
| итого за полдник |                                          |           | 21,87            | 16,9  | 43,83    | 428,84                     |                |
| ИТОГО за день    |                                          |           | 44,46            | 44,89 | 146,8    | 1170,79                    |                |

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

"Детский сад № 5 "Радуга" города Шумерля Чувашской Республики"

Длительность пребывания дошкольников 11 часов

сад № 5

от 14.07.2025 г.

МБДОУ "Д/с № 5

г. Шумерля ЧР

А.Н. Сотманова

| Прием пищи       | Наименование блюда                       | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецеп |
|------------------|------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|------------|
|                  |                                          |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |            |
| завтрак          | бутерброд с маслом                       | 50        | 1,8              | 8     | 20,2     | 166                        | 10         |
|                  | каша манная                              | 200       | 5,7              | 6,75  | 20,59    | 160,79                     | 29         |
|                  | кофейный напиток с молоком               | 200       | 2,2              | 2,4   | 12,2     | 77,7                       | 2          |
|                  |                                          |           |                  |       |          |                            |            |
|                  |                                          |           |                  |       |          |                            |            |
|                  |                                          |           |                  |       |          |                            |            |
|                  |                                          |           |                  |       |          |                            |            |
| второй завтрак   | фрукты (яблоко)                          | 95        | 0,38             | 0,38  | 9,31     | 39,9                       | 102        |
| итого за завтрак |                                          | 545       | 10,08            | 17,53 | 62,3     | 444,39                     |            |
| обед             | овощи свежие (помидоры)                  | 50        | 0,5              | 0,2   | 1,6      | 10,1                       | 112        |
|                  | щи из свежей капусты на мясном бульоне   | 200       | 4,03             | 6,13  | 8,53     | 103,94                     | 101        |
|                  | запеканка рисовая с мясом и соусом       | 200       | 9,1              | 11,9  | 31,2     | 268                        | 49         |
|                  | лимонный напиток                         | 200       | 0,1              | 0,01  | 12,31    | 46,71                      | 45         |
|                  | хлеб ржаной                              | 50        | 3,3              | 0,6   | 17,1     | 82,7                       | 95         |
|                  |                                          |           |                  |       |          |                            |            |
|                  |                                          |           |                  |       |          |                            |            |
| итого за обед    |                                          | 700       | 17,03            | 18,84 | 70,74    | 511,45                     |            |
| полдник + ужин   | рисово-рыбная запеканка со сметанной под | 220       | 17,29            | 14,09 | 20,27    | 273,02                     | 66         |
|                  | ряженка                                  | 180       | 4,2              | 4,5   | 7,6      | 93,2                       | 435        |
|                  | батон                                    | 40        | 3,04             | 0,36  | 18,68    | 85,44                      | 5          |
| итого за полдник |                                          |           | 24,53            | 18,95 | 46,55    | 446,46                     |            |
| ИТОГО за день    |                                          |           | 51,64            | 55,32 | 179,59   | 1402,3                     |            |