

«У Т В Е Р Ж Д Е Н О»

Заведующим

МБДОУ «Детский сад 40»

Е.В. Лукьяненко

« ___ » _____ 2023 г.

Ежедневное меню основного питания

Дата : 01 11 20223г

Возрастная категория: 2-3 года, 3-7 лет.

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов, 5 дней.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года	3-7 лет
Завтрак	Омлет натур.Зелёный горошек	130/17	150/17	181,42	217,7
	Кофейный н-к с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон	28	28	88,928	88,928
	С маслом сл.	5	7	51,27	51,27
	Яблоки	100	100	47,5	47,5
Итого за завтрак:				456,618	512,898
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		43	
	Сок фруктовый		100		43
Итого за второй завтрак:				43	43
Обед	Суп гороховый с птицей	150	180	153,1	188
	Котлета мясная с соусом	60	80	126,5	161
	Овощи отварные с маслом сл.	110	130	116,2	127,82
	Салат из св.овощей	20	30	32,4	48,6
	Н-ток лимонный	150	180	85,9	103,6
	Хлеб рж-пш	49	49	45,6	65,92
Итого за обед:				559,7	694,94
Полдник	Варенец	180	180	116,27	134
	Булочка ванильная	50	70	171,45	207,43
Итого за полдник:				287,72	341,43
Ужин	Биточек рубленый из птицы соус	60	70	108,6	126,7
	Макаронные изделия	110	130	150	180,66
	Огурец свежий	30	30	4,38	4,38
	Чай с молоком	150	180	47,5	56,2
	Хлеб пшеничный	49	49	48,64	65,5
Итого за ужин:				359,12	433,44
Итого за день:				1,680,120	2,073,670