

«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 12 2023 г

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	Каша пшеничная молочная	130	150	207,6	289,6
	Какао с молоком	150	180	91	109,6
	Батон	28	28	50,5	63,64
	С маслом сливочным	5	7	35,43	49,6
	Мандарин	60	80	26,5	30,4
Итого за завтрак:				411,03	542,84
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок фруктовый		100		42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Суп макарон издел.с птицей	150	180	106,6	129,21
	Биточек из птицы соус	60	70	52,2	60,9
	Рис отварной	110	130	146,1	160,71
	Салаи свеклы с з/горошком	30	50	49,6	74,4
	Компот из яблок	150	180	50	60,23
	Хлеб рж-пш	30	44	45,6	65,92
Итого за обед:				450,1	551,37
Полдник	Биокефир	184	184	66,24	66,24
	Печенье Пряники	30	30	130,07	130,07
					56,4
Итого за полдник:				196,31	252,71
Ужин	Гуляш из говядины	90	100	308,2	342,68
	Картофель в молоке	110	130	67,2	83,5
	Чай	150	200	52,4	64
	Хлеб пшеничный	45	45	48,64	65,5
Итого за ужин:				476,44	555,68
Итого за день:				1,575,88	1,944,60