

«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 : 03 10 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 молочная геркулесовая	150	180	203	275,8
	Какао с молоком	150	180	91	109,6
	Батон	30	40	48,64	65,5
	С маслом сливочным	5	7	35,43	49,6
	Яблоко	60	80	30,68	60,4
Итого за завтрак:				408,75	560,9
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок фруктовый		100		42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Суп гороховый с птицей	150	180	153,1	188
	Биточки рыбные соус	50	60	108,7	158,53
	Овощное рагу	110	130	118	148,8
	Компот из ягод	150	180	61	73,2
	Хлеб рж-пш	30	40	45,6	56,63
Итого за обед:				486,4	625,16
Полдник	Снежок	160	200	134	148,89
	Булочка Дорожная	45	55	231,4	249
Итого за полдник:				365,4	397,89
Ужин	Сырники творожные	150	170	72	92
	Сметана	20	20	41,2	41,2
	Чай	160	180	53,2	65,2
	Хлеб пшеничный	39	39	48,64	48,64
Итого за ужин:				215,04	247,04
Итого за день:				1,517,59	1,872,99