

«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 : 08 11 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	Омлет натуральный	130	150	181,42	217,7
	Горошек зеленый	27	27	16,5	20,62
	Кофейный н-к с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон	26	26	487,64	65,5
	С маслом сливочным, сыр	5	7	35,43	49,6
	Груша	80	80	45,6	45,6
Итого за завтрак:				854,09	506,52
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок фруктовый		100		42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Борщ с мясом	150	180	96,6	117,09
	Филе птицы тушённое с овощами, картофелем	150	200	150	180,66
	Компот из св. яблок	150	180	84,2	106,5
	Хлеб рж-пш	50	50	45,6	56,63
Итого за обед:				376,4	532,88
Полдник	Молоко Умница	170	170	101	101
	Вагрушка с джемом	60	65	171,45	207,43
Итого за полдник:				272,45	308,43
Ужин	Шницель рыбный, соус	60	70	82,6	105,12
	Картофельное пюре	140	150	106	116
	Винегрет овощной	30	40	52,3	78,55
	Чай с лимоном	150	180	52,4	64
	Хлеб пшеничный	22	22	35,24	48,64
Итого за ужин:				328,54	412,31
Итого за день:				1,873,48	1,802,14

