

«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 : 09 01 2024 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	150	180	207,6	289,6
	Какао с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон	35	35	50,5	63,64
	С маслом сливочным	5	7	35,43	49,6
Итого за завтрак:				381,03	510,34
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок фруктовый		100		42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Суп рыбный с пшеном	150	180	80,22	102,5
	Биточки мясные соус	60	70	82,6	105,12
	Макарон. изделия отварные	110	130	116	120,3
	Компот из сфр	150	180	68,1	81,72
	Хлеб рж-пш	47	47	45,6	65,92
Итого за обед:				392,52	475,56
Полдник	Снежок	150	200	104,53	122,51
	Булочка	50	60	157,2	185,2
Итого за полдник:				261,73	307,71
Ужин					
	Жаркое по домашнему	150	180	300,6	320,2
	Чай	200	200	34,6	401
	Хлеб пшеничный	45	45	48,64	65,5
Итого за ужин:				383,84	786,7
Итого за день:				1,511,58	2,000,60