

«У Т В Е Р Ж Д Е Н О»

и. о.Заведующим

МБДОУ «Детский сад 40»

Н.Н.Вараксина

«__»_____ 2023 г.

Ежедневное меню основного питания

Дата : 12 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 манная молочная	150	150	177,5	237,54
	Кофейный н-ток с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон	30	40	50,5	63,64
	С маслом сливочным,сыром	5	7	35,43	49,6
	Апельсин	90	90	37,41	37,41
Итого за завтрак:				388,34	495,69
Второй завтрак	Сок фруктовый	94		42	
	Сок овощной		100		43
Итого за второй завтрак:				42	43
Обед	Суп картофельный с птицей	150	180	75,35	92
	Рыба запечённая в омлете	55	70	101,6	116,2
	Капуста тушённая	110	140	54,89	54,89
					4
	Компот из сфр	150	180	84,2	106,5
	Хлеб рж-пш	50	50	101,5	111,65
Итого за обед:				417,54	485,24
Полдник	Варенец с лактулозой	160	200	101	121,2
	Вафли	45	45	110,53	165,8
Итого за полдник:				211,53	287
Ужин	Биточки из сердца,соус	60	70	52,2	60,9
	Картофельно-морковное пюре	130	150	76,6	77,1
					5,2
	Кисель из з/ягод	150	180	103,5	117,3
	Хлеб пшеничный	50	50	76	95
Итого за ужин:				308,3	355,5
Итого за день:				1,367,710	1,666,430