

«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 : 15 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 пуховая гречневая	130	150	216,3	288,4
	Коф н-к с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон	28	28	50,5	63,64
	С маслом сливочным	5	7	35,43	49,6
	Бананы	65	65	32,6	51,6
<b>Итого за завтрак:</b>				<b>422,33</b>	<b>560,74</b>
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок фруктовый		100		42
<b>Итого за второй завтрак:</b>				<b>42</b>	<b>42</b>
Обед	Суп гороховый вегетарианский	150	180	80,22	102,5
	Плов с птицей	150	180	265	318
	Огурец консервированный	20	30	16,1	17,5
	Компот из сфр	150	180	61	73,2
	Хлеб рж-пш	44	44	45,6	65,92
<b>Итого за обед:</b>				<b>467,92</b>	<b>577,12</b>
Полдник	Ацидофилин	150	185	116,27	134
	Булочка ванильная	50	65	171,45	242
<b>Итого за полдник:</b>				<b>287,72</b>	<b>376</b>
Ужин	Биточки сердца соус	60	70	82	102,5
	Макаронные изделия	110	130	150	180,66
	Чай с лимоном	180	200	34,6	40,1
	Хлеб пшеничный	50	50	48,64	59,63
<b>Итого за ужин:</b>				<b>315,24</b>	<b>382,89</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>1463,51</b>	<b>1862,59</b>