

«УТВЕРЖДЕНО»

Заведующим

МБДОУ «Детский сад 40»

Е.В. Лукьяненко

«__» _____ 2023 г.

Ежедневное меню основного питания

Дата : 16 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	Омлет натур с баклажан.икрой	130\46	140\46	211,4	253,7
	Чай с молоком	150	180	53,2	65,5
	Батон	30	30	50,5	63,64
	С маслом сливочным	5	7	35,43	49,6
	Киви	60	60	28,8	28,8
Итого за завтрак:				379,33	461,24
Второй завтрак	Сок фруктовый	94		42	
	Сок фруктовый		100		42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Суп картофельный с фасолью с мясом	150	180	92,8	118
	Биточки мясные соус	60	70	76,52	90,2
	Макаронные изделия	110	130	130,6	143,7
	Салат из свежей капусты,морковью	30	40	35,2	48,75
	Компот из яблок	150	180	50	60,23
	Хлеб рж-пш	50	50	45,6	65,92
Итого за обед:				430,72	526,8
Полдник	Молоко Умница	200	200	101,25	116,76
	Пирожок рис с яйцом	50	60	132,17	158,6
Итого за полдник:				233,42	275,36
Ужин	Биточки из птицы соус	60	70	52,2	60,9
	Овощи запечённые	130	150	106	116
	Чай с лимоном	160	180	52,4	64
	Хлеб пшеничный	50	50	48,64	48,64
Итого за ужин:				259,24	289,54
Итого за день:				1,344,70	1,600,00