

«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 : 17 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	Запеканка творожная сметаной	130	150	167,6	289,6
	Кофейный напиток с молоком	160	180	119,6	109,6
	Батон с маслом	36/5	36\7	50,5	63,64
	Киви	80	80	38,4	38,4
Итого за завтрак:				376,1	501,24
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок овощной		100		43
Итого за второй завтрак:				42	43
	Суп с макаронными изделиями с птицей	150	200	106,6	129,2
	Жаркое по-домашнему	150	180	251	320,2
	Хлеб рж-пш	44	44	45,6	56,6
	К-т из сфр	150	190	50	60,2
Итого за обед:				453,2	566,2
Полдник	Ряженка	140	180	104,53	122,51
	Печенье	50	50	175	204
Итого за полдник:				279,53	326,51
Ужин	Рагу из овощей с мясом	150	180	201,7	290,3
	Хлеб пшеничный	40	40	48,64	65,92
	Чай с лимоном	180	200	63,4	64
Итого за ужин:				313,74	420,22
Итого за день:				1464,57	1857,17