

«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 : 18 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 манная молочная	130	150	170,2	227
	Кофейный н-ток с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон	28	28	79,1	79,1
	С маслом сливочным	5	7	35,43	49,6
	Яблоки св	80	80	44,16	44,16
Итого за завтрак:				416,39	507,36
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок овощной		100		43
Итого за второй завтрак:				42	43
Обед	Суп картофельный с птицей	150	180	80,22	102,5
	Салат из морской капусты	30	40	27,1	45,57
	Филе трески в омлете	55	70	101,6	116,2
	Капуста тушеная	110	130	49,9	54,89
	Компот из сфр	150	180	84,8	101,76
	Хлеб рж-пш	42	42	101,5	101,5
Итого за обед:				445,12	522,42
Полдник	Варенец с лактулозой.	190	190	121,2	121,2
	Вафли	28	28	108,5	108,5
Итого за полдник:				229,7	229,7
Ужин	Биточки сердца соус	60	70	126,5	161
	Картофельно -морковное пюре	120	150	77,1	80
	Кисель из з/ягод	150	180	103,5	117,3
	Огурец консерв	30	30	5,39	8
	Хлеб пшеничный	43	43	95	95
Итого за ужин:				407,49	461,3
Итого за день:				1,540,70	1,763,78