

«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 : 19 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 молочная пшеничная	130	150	167,6	289,6
	Кофейный напиток с молоком	150	180	119,6	109,6
	Батон с маслом	28.05.	28\7	50,5	63,64
	Банан	60	60	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	180	106,6	129,2
	Жаркое по-домашнему	150	180	251	320,2
	Хлеб рж-пш	49	49	45,6	56,6
	К-т из груш	150	180	50	62,2
	Салат из св овощей	30	50	32,4	48,6
Итого за обед:				485,6	616,8
Полдник	Ряженка	170	200	104,53	122,51
	Печенье	30	30	175	204
Итого за полдник:				279,53	326,51
Ужин	Вареники ленивые	150	170	207,6	290,3
	Сметана	16	16	35,02	35,02
	Хлеб пшеничный	36	36	48,64	65,92
	Чай с молоком	200	200	63,4	64
Итого за ужин:				354,66	455,24
Итого за день:				1537,89	1942,79