

«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 : 20 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	Каша геркулесовая молочная	150	180	180,2	227
	Какао с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон	30	30	81,74	81,74
	С маслом сливочным	5	7	35,43	49,6
	Груша св	100	100	47,5	47,5
Итого за завтрак:				432,37	513,34
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок фруктовый		100		42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Щи из свежей капусты с мясом	150	180	80,22	102,5
	Печень тушённая в соусе	60	70	82	102,5
	Картофельное пюре	150	180	116	120,3
	Компот из сфр	150	180	50	60,23
	Хлеб рж-пш	48	48	97,44	97,44
Итого за обед:				425,66	482,97
Полдник					
	Ацидофилин	180	195	103,5	103,5
	Пряник	30	30	92,4	92,4
Итого за полдник:				195,9	195,9
Ужин	Рулет мясной с яйцом соус	60	80	109,1	145,4
	Макаронные изделия	110	130	150	180,66
	Чай	200	200	56,2	56,2
	Хлеб пшеничный	49	49	93,1	93,1
Итого за ужин:				408,4	475,36
Итого за день:				1,504,33	1,709,57