

«УТВЕРЖДЕНО»

Заведующим

МБДОУ «Детский сад 40»

Е.В. Лукьяненко

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

## Ежедневное меню основного питания

Дата : 21 11 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	29,05	29\7	50,5	63,64
	Банан	80	80	38,4	38,4
<b>Итого за завтрак:</b>				<b>376,1</b>	<b>501,24</b>
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок овощной		100		42
<b>Итого за второй завтрак:</b>				<b>42</b>	<b>42</b>
	Суп с макаронными изделиями с птицей	150	200	106,6	129,2
	Жаркое по-домашнему	150	180	251	320,2
	Хлеб рж-пш	41	41	45,6	56,6
	К-т из сфр	150	180	50	60,2
<b>Итого за обед:</b>				<b>453,2</b>	<b>566,2</b>
Полдник	Ряженка	160	200	104,53	122,51
	Печенье	45	45	175	204
<b>Итого за полдник:</b>				<b>279,53</b>	<b>326,51</b>
Ужин	Вареники ленивые	150	180	207,6	290,3
	Сметана	17	17	35,02	35,02
	Хлеб пшеничный	47	47	48,64	65,92
	Чай с лимоном	186	200	63,4	64
<b>Итого за ужин:</b>				<b>354,66</b>	<b>455,24</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>1505,49</b>	<b>1891,19</b>