

«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 : 22 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 геркулесовая молочная	150	150	180,2	227
	Кофейный н-ток с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон	30	30	50,5	63,64
	С маслом сливочным	5	7	35,43	49,6
Итого за завтрак:				353,63	447,74
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок фруктовый		100		42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Суп овощной с мясом	150	180	80,22	102,5
	Котлета рыбная с соусом	60	70	70,8	129,31
	Картофельное пюре	110	130	106	116
	Огурец консерв	30	30	16,16	20,2
	Компот из сфр	150	180	50	60,23
	Хлеб рж-пш	30	40	45,6	65,92
Итого за обед:				368,78	494,16
Полдник					
	Молоко	150	200	103,5	103,5
	Пряник	20	30	92,4	92,4
Итого за полдник:				195,9	195,9
Ужин	Рулет мясной с яйцом соус	60	70	109,1	145,4
	Макаронные изделия отварные	110	130	150	180,66
	К-т из вишни	165	185	56,2	56,2
	Хлеб пшеничный	30	30	48,64	59,63
	Томаты в с/соку	35	35	8,4	8,4
Итого за ужин:				372,34	450,29
Итого за день:				1416,14	1,726,150