

«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 : 25 10 20223г

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	Запеканка творожная со сметаной	130/16	150/16	188	250,64
	Кофейный н-к с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон	28	28	88,928	88,928
	С маслом сливочным	5	7	35,43	49,6
	Сыр	15	15	60	60
	Груша	89	89	47,5	47,5
Итого за завтрак:				507,358	604,168
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		43	
	Сок фруктовый		100		43
Итого за второй завтрак:				43	43
Обед	Суп гороховый с птицей	150	180	153,1	188
	Котлета мясная с соусом	60	80	126,5	161
	Овощи отварные с маслом сл.	110	130	116,2	127,82
	Салат из белокач.капусты с з/ горошком	20	30	55,4	83,1
	Компот из сфр	150	180	84,2	101,04
	Хлеб рж-пш	30	40	45,6	65,92
Итого за обед:				581	726,88
Полдник	Снежок	180	180	116,27	134
	Булочка домашняя	50	70	196,1	237,43
Итого за полдник:				312,37	371,43
Ужин	Жаркое по домашнему	150	180	280,6	320,2
	Яйцо отварное	40	40	64	64
	Огурец консервир	30	30	4,38	4,38
	Чай	150	180	47,5	56,2
	Хлеб пшеничный	30	40	48,64	65,5
Итого за ужин:				445,12	510,28
Итого за день:				1,680,120	2,073,670