

«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 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 рисовая молочная	130	150	207,6	289,6
	Кофейный н-ток с молоком	180	180	107,5	107,5
	Батон	30	30	50,5	63,64
	С маслом сливочным	5	7	35,43	49,6
Итого за завтрак:				401,03	510,34
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		43	
	Сок овощной		100		46
Итого за второй завтрак:				43	46
Обед	Суп с мясными фрикадельками	150	180	111,92	131,67
	Бефстроганы из мяса	60	80	82	102,5
	Гречка отварная	110	130	193,83	231,98
	Салат морской капусты с клюквой	30	40	27,1	45,57
	Компот из груш	150	180	84,8	101,76
	Хлеб рж-пш	47	47	45,6	65,92
Итого за обед:				545,25	679,4
Полдник	Ацидофилин	150	200	101,25	117,84
	Пирожок с картошкой	50	60	150	155
Итого за полдник:				251,25	272,84
Ужин	Винегрет овощной	30	50	52,3	80,55
	Оладьи печени	60	70	204,2	243,5
	Макарон.изделия	110	130	150	180
	Хлеб пшеничный	38	38	48,64	48,64
	Чай	150	180	68,1	81,72
Итого за ужин:				523,24	634,41
Итого за день:				1,520,220	1,867,050