

«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 : 27 09 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	Запеканка творожная со сметаной	130/22	150/22	188	250,64
	Коф н-к с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон	30	38	50,5	63,64
	С маслом сливочным	5	7	35,43	49,6
	Груша	100	100	47,5	47,5
<b>Итого за завтрак:</b>				<b>408,93</b>	<b>518,88</b>
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		43	
	Сок фруктовый		100		43
<b>Итого за второй завтрак:</b>				<b>43</b>	<b>43</b>
Обед	Суп гороховый с птицей	150	180	153,1	188
	Котлета мясная с соусом	60	80	126,5	161
	Овощи отварные со сливочным маслом	110	130	116,2	127,82
	Салат зеленый с зеленым 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
<b>Итого за обед:</b>				<b>581</b>	<b>726,88</b>
Полдник	Снежок	140	200	116,27	134
	Булочка домашняя	55	65	196,1	237,43
<b>Итого за полдник:</b>				<b>312,37</b>	<b>371,43</b>
Ужин	Биточек из сердца соус	50	60	157,7	210,3
	Картофельно-морковное пюре	110	130	76,6	77,1
	Огурец консервир	30	30	4,38	4,38
	Чай с лимоном	150	180	47,5	56,2
	Хлеб пшеничный	30	40	48,64	65,5
<b>Итого за ужин:</b>				<b>334,82</b>	<b>413,48</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>1,680,120</b>	<b>2,073,670</b>