

«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 12 2023г

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	130/19	150/19	188	250,64
	Кофейный н-к с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон	30	30	88,928	88,928
	С маслом сливочным	5	7	35,43	49,6
	Груша св	70	70	58,17	58,17
<b>Итого за завтрак:</b>				<b>458,028</b>	<b>554,838</b>
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок фруктовый		94		42
<b>Итого за второй завтрак:</b>				<b>42</b>	<b>42</b>
Обед	Суп гороховый с птицей	150	180	153,1	188
	Котлета мясная с соусом	55	65	126,5	161
	Овощи отварные с маслом слив.	110	130	116,2	127,82
	Салат из св. овощей з/ горошком	30	30	55,4	83,1
	Компот из сфр	150	180	84,2	101,04
	Хлеб рж-пш	47	47	45,6	65,92
<b>Итого за обед:</b>				<b>581</b>	<b>726,88</b>
Полдник	Снежок	150	200	116,27	134
	Булочка	50	60	120	120
<b>Итого за полдник:</b>				<b>236,27</b>	<b>254</b>
Ужин	Биточки рыбные соус	60	70	82,6	105,12
	Макарон.изд отвар. Яйцо отвар	110	130	150	180,66
	Огурец консервир	30	30	4,38	4,38
	Чай с молоком	155	180	47,5	56,2
	Хлеб пшеничный	45	45	48,64	65,5
<b>Итого за ужин:</b>				<b>333,12</b>	<b>411,86</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>1,450,418</b>	<b>1,987,578</b>