

«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 : 28 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	Каша пшеничная молочная	150	180	207,6	289,6
	Кофейный н-к с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон	30	40	50,5	63,64
	С маслом сливочным	5	7	35,43	49,6
	Мандарин	60	80	26,5	32,8
Итого за завтрак:				407,53	543,14
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок фруктовый		100		42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Борщ сибирский с мясом	150	180	80,22	102,5
	Биточки рыбные соус	60	80	70,8	129,31
	Капуста тушённая с овощами	110	130	50	54,89
	С-т из квашеной капусты с кукурузой	20	30	57	82,5
	Компот из заморожен ягод	150	180	68,1	81,72
	Хлеб рж-пш	30	40	45,6	65,92
Итого за обед:				371,72	516,84
Полдник	Ряженка	160	190	104,53	122,51
	Булочка Ванильная	40	60	231,4	249
					56,4
Итого за полдник:				335,93	427,91
Ужин	Лапшевник с творогом сметаной	130	150	182,56	365,11
	Чай	190	200	34,6	40,1
	Хлеб пшеничный	30	40	48,64	65,5
Итого за ужин:				265,8	470,71
Итого за день:				1,422,98	2,000,60