

«УТВЕРЖДЕНО»

Заведующим

МБДОУ «Детский сад 40»

Е.В. Лукьяненко

«__»_____ 2023 г.

Ежедневное меню основного питания

Дата : 28 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 пшеничная молочная	130	150	207,6	289,6
	Кофейный н-ток с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон	30	30	50,5	63,64
	С маслом сливочным	5./15	7./15	35,43	49,6
	Апельсины	55	55	32,8	32,8
Итого за завтрак:				413,83	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
	Гуляш печени	60	70	52,2	60,9
	Картофельное пюре	110	130	116	120,3
	Салат из кв. капусты с кукурузой	20	30	57	82,5
	Компот из изюма	150	180	68,1	81,72
	Хлеб рж-пш	50	50	45,6	65,92
Итого за обед:				419,12	513,84
Полдник	Ряженка	150	200	104,53	122,51
	Булочка	50	60	146,3	176,57
					56,4
Итого за полдник:				250,83	355,48
Ужин	Биточки сердца соус	60	70	52,2	60,9
	Морковно- картофельное пюре	130	140	76,6	77,1
	Чай	150	180	34,6	401
	Хлеб пшеничный	48	48	48,64	65,5
	Томаты в с/соку	20	25	16,16	20,2
Итого за ужин:				228,2	624,7
Итого за день:				1,353,98	2,000,16