

«У Т В Е Р Ж Д Е Н О»

Заведующим

МБДОУ «Детский сад 40»

Е.В. Лукьяненко

«\_\_»\_\_\_\_\_ 2024 г.

## Ежедневное меню основного питания

Дата : 22 01 2024 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	Омлет натур.Кукуруза консерв.	100/30	130/40	145,1	199,57
	Чай с молоком	150	180	53,2	65,5
	Батон.	28	28	50,5	63,64
	Масло сливочн.	5	7	35,43	49,6
	Сыр	10	10	60	60
<b>Итого за завтрак:</b>				<b>271,83</b>	<b>533,57</b>
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок фруктовый		100		42
<b>Итого за второй завтрак:</b>				<b>42</b>	<b>42</b>
Обед	Суп картофельный с фасолью	150	180	80,22	102,5
	Биточки мясные соус	60	70	115,9	162,26
	Овощи запечённые под соусом	130	150	130,6	143,7
	Кисель из заморож.малины	150	180	103,5	117,3
	Хлеб рж-пш	44	44	119,26	120,2
<b>Итого за обед:</b>				<b>549,48</b>	<b>645,96</b>
Полдник	Молоко витаминное	150	185	101,25	116,76
	Булочка домашняя	50	65	231,4	249
<b>Итого за полдник:</b>				<b>332,65</b>	<b>365,76</b>
Ужин	Гуляш печени	60	70	52,2	60,9
	Картофельное пюре	120	130	116	120,3
	К-т из вишни брусники	150	180	52,4	64
	Хлеб пшеничный	40	40	48,64	48,64
	Огурец консерв	30	40	5,39	8,5
<b>Итого за ужин:</b>				<b>274,63</b>	<b>302,34</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>1,470,59</b>	<b>1,889,63</b>