

«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 : 06 05 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 натуральный	80	110	145,1	199,57
	Зелёный горошек	20	25	16,5	20,63
	Какао с молоком	150	180	91	109,6
	Батон с маслом	20\5	29\7	50,5	63,64
	Яблоко св	80	80	36,8	36,8
Итого за завтрак:				339,9	430,24
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100	42	42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Рассольник с птицей	150	170	122,2	150
	Тефтеля рыбная соус	60	70	9,5	113,84
	Рагу овощное	110	130	193,83	231,98
	Компот из брусники	150	180	68,1	81,72
	Хлеб рж-пш	50	50	48,64	56,63
Итого за обед:				442,27	634,17
Полдник	Ацидофилин	150	180	103,5	115
	Булочка творожная	50	70	171,45	207,43
Итого за полдник:				274,95	322,43
Ужин	Ленивые голубцы	160	160	204,2	243,5
	Винегрет овощной	40	60	52,3	78,55
	Чай	160	180	34,6	40,1
	Хлеб пшеничный	40	50	48,64	60
Итого за ужин:				339,74	422,15
Итого за день:				1438,86	1850,99