

«У Т В Е Р Ж Д Е Н О»

Заведующим

МБДОУ «Детский сад 40»

Е.В. Лукьяненко

«__»_____ 2024 г.

Ежедневное меню основного питания

07 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	Каша рисовая молочная	150	180	207,6	289,6
	Кофейный н-ток с молоком	150	185	87,5	107,5
	Батон	28	28	79,1	97,28
	С маслом сливочным	5	7	35,43	49,6
Итого за завтрак:				409,63	543,98
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
			100		42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Борщ с мясом	150	180	111,92	131,67
	Плов с птицей	130	150	272,3	330,5
	Салат св.овощей	30	30	20,2	20,2
	Компот из св.яблок	150	180	62,7	75,24
	Хлеб рж-пш	50	60	45,6	65,92
Итого за обед:				512,72	623,53
Полдник	Биокефир	150	190	57,6	66,6
	Ватрушка с повидлом	50	60	190,2	223
Итого за полдник:				247,8	289,6
Ужин	Филе минтая запечённое в соусе	50	70	70,8	129,3
	Картофельное пюре	130	150	146,9	169,5
	Компот из з/вишни	165	175	84,8	84,8
	Хлеб пшеничный	55	55	81,2	95,41
Итого за ужин:				383,7	479,01
Итого за день:				1650,85	2053,12