

«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 : 08 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	Пудинг из творога с изюмом	120	130	180,2	227
	Сметана	15	15	41,2	41,2
	Батон с маслом	28\5	28\7	50,5	63,64
	Бананы	60	60	54	54
	Кофейный н-ток с молоком	150	180	52,4	65,5
Итого за завтрак:				378,3	451,34
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок фруктовый		100		42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Суп гороховый с птицей	150	180	153,1	188
	Котлета из сердца соус	50	70	52,2	60,9
	Гречка отварная	110	130	193,83	231,98
	Салат из свеклы	20	30	57	85,55
	Компот из кураги	150	180	50	62,2
	Хлеб рж-пш	48	48	45,6	56,63
Итого за обед:				551,73	685,26
Полдник	Йогурт	146	146	107,1	126
	Печенье	43	43	92,4	92,4
	Мармелад	20	20	49,2	49,2
Итого за полдник:				248,7	267,6
Ужин	Биточек из птицы соус	60	70	108,6	126,7
	Макаронные изделия	110	130	150	180,66
	Чай	150	180	52,4	64
	Хлеб пшеничный	50	50	76	76
	Салат из кв.капусты	30	30	6,16	6,16
Итого за ужин:				393,16	453,52
Итого за день:				1613,89	1899,72