

«УТВЕРЖДЕНО»

Заведующим

МБДОУ «Детский сад 40»

Е.В. Лукьяненко

«__» _____ 2024 г.

Ежедневное меню основного питания

13 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	130	150	207,6	289,6
	Батон	28	28	48,64	81,74
	Масло сливочное	5	7	35,43	49,6
	Какао с молоком	150	180	91	109,6
	Яблоко св	65	65	29,9	29,9
Итого за завтрак:				412,57	560,44
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок фруктовый		100		42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Свекольник с мясом	150	180	80,22	102,5
	Рулет мясной в сметан соусе	60	80	109,1	145,4
	Картофельное пюре	100	120	106	116
	Хлеб рж/пшеничный	40	40	71,56	91,2
	К-т из сфр	150	180	84,2	101,04
	Томаты в с/соку	30	30	7,2	7,2
Итого за обед:				458,28	563,34
Полдник	Молоко *Умница*	150	200	101,25	117,84
	Булочка с творогом	50	65	190,2	223
Итого за полдник:				291,45	340,84
Ужин	Филе минтая запечённое	50	70	70,8	129,3
	Рагу овощное	160	160	118	148,8
	Хлеб пшеничный	40	40	60,9	60,9
	Чай с лимоном	150	180	110,2	132,24
Итого за ужин:				359,9	471,24
Итого за день:				1564,2	1977,86