

«УТВЕРЖДЕНО»

Заведующим

МБДОУ «Детский сад 40»

Е.В. Лукьяненко

«__» _____ 2024г.

Ежедневное меню основного питания

Дата : 15 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 манная молочная	130	150	177,5	237,54
	Какао с молоком	150	180	91	109,6
	Батон	28	28	50,5	63,64
	С маслом	5	7	40	60
	Груша св	60	60	39,9	39,9
Итого за завтрак:				398,9	510,68
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок фруктовый		100		42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Борщ сибирский	150	180	117,4	143
	Биточки из сердца соус	60	70	76,5	90,2
	Гречка отварная	110	130	193,83	231,98
	Салат из св овощей	30	50	60,1	90,2
	Компот из изюма	150	180	84,8	101,76
	Хлеб рж-пш	50	50	45,6	49,63
Итого за обед:				578,23	706,77
Полдник	Варенец	150	200	121,2	134,67
	Булочка творожная	50	65	167,9	167,9
Итого за полдник:				289,1	302,57
Ужин	Говядина тушённая с черносливом	50	60	89,8	128
	Макаронные изделия отварные	110	130	150	180,66
	Винегрет овощной	30	40	7,2	9,6
	Хлеб пшеничный	50	50	48,64	48,64
	Чай с лимоном	160	180	34,6	40,1
Итого за ужин:				330,24	407
Итого за день:				1634,97	1906,88