

«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 : 16 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	130	150	181,4	227
	Зелёный горошек	30	30	20,7	20,7
	Кофейный н-ток с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон с маслом сыром	28\5	28\7	79,1	79,1
	Яблоки св	60	60	53,87	53,87
Итого за завтрак:				422,57	488,17
Второй завтрак	Сок фруктовый	100		42	
	Сок фруктовый		100		42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Суп рыбный по-шведски	150	180	112,27	140,34
	Жаркое по-домашнему	130	170	300,6	320,2
	Салат из св овощей	30	40	27,1	45,57
	Кисель из ягод замороженных	150	180	126,5	143,6
	Хлеб рж-пш	47	47	45,6	45,6
Итого за обед:				612,07	695,31
Полдник	Молоко Умница	180	200	90	111,95
	Пряник	28	28	93	93
	Мармелад	20	23	49,2	49,2
Итого за полдник:				232,2	254,15
Ужин	Биточек мясной соус	60	70	52,2	60,9
	Овощное рагу	130	155	118	148,8
	К-т из груш	180	180	53,2	65,5
	Хлеб пшеничный	46	46	48,64	65,92
Итого за ужин:				272,04	341,12
Итого за день:				1580,68	1820,75