

«УТВЕРЖДЕНО»

Заведующим

МБДОУ «Детский сад 40»

Е.В. Лукьяненко

«__» _____ 2024 г.

Ежедневное меню основного питания

Дата: 17 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 геркулесовая молочная	130	150	180,2	227
	Кофейный н-ток с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон с маслом	27,5	27,7	48,64	63,64
	Бананы	60	60	31,8	31,8
Итого за завтрак:				348,14	429,94
Второй завтрак	Сок фруктовой	100		42	
	Сок фруктовый		100		42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Щи из квашеной капусты	150	180	49,6	74,4
	Котлета из лосося соус	60	70	92,5	113,84
	Рис отварной	110	130	146,1	160,71
	Салат из свеклы	30	50		
	К-т их сфр	150	150	94,5	94,5
	Хлеб рж-пш	42	42	45,6	56,63
Итого за обед:				428,3	500,08
Полдник	Йогурт	150	180	113	138,6
	Булочка творожная	50	70	175	204,17
Итого за полдник:				288	342,77
Ужин	Рагу из овощей с мясом	160	200	216,53	240,59
	Чай	180	200	52,4	64
	Хлеб пшеничный	43	43	97,28	97,28
Итого за ужин:				366,21	401,87
Итого за день:				1472,65	1716,66

| |