

«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 : 20 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 пшеничная молочная	130	150	180,2	227
	Какао с молоком	150	180	91	109,6
	Батон с маслом	26\5	26\7	63,64	63,64
	Сыр	16	16	60	60
	Апельсины	60	60	54,89	54,89
Итого за завтрак:				449,73	515,13
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100	42	42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Суп гороховый вегетарианский	150	180	153,1	188
	Оладьи из печени	60	70	157,7	210,27
	Макаронные изделия отварные	110	130	49,9	54,89
	Томаты в с/соку	20	30	5	7,2
	Компот из вишни	150	180	68,1	81,72
	Хлеб рж-пш	46	46	45,6	56,63
Итого за обед:				479,4	598,71
Полдник	Снежок	180	200	134	148,89
	Булочка Розовая	50	70	130,4	182,56
Итого за полдник:				264,4	331,45
Ужин	Биточки из мяса соус	65	70	109,1	145,4
	Картофельно-морковное пюре	110	130	116	140
	Огурец консервирован	30	30	4,8	4,8
	Хлеб пшеничный	45	45	48,64	48,64
	Чай	150	180	52,4	64
Итого за ужин:				330,94	402,84
Итого за день:				1566,47	1890,13