

«УТВЕРЖДЕНО»

Заведующим

МБДОУ «Детский сад 40»

Е.В. Лукьяненко

«__» _____ 2024 г.

Ежедневное меню основного питания

Дата :21 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	Запеканка творожная со сметаной	130	150	208,8	255,2
	Кофейный н-ток с молоком	150	180	87,5	107,5
	Батон с маслом.	30\5	30\7	50,5	63,64
	Яйцо отварное	40	40	64	64
	Груша св	60	60	30	30
					37,08
Итого за завтрак:				477,88	557,42
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100	42	42
Итого за второй завтрак:				42	42
Обед	Рассольник с птицей	150	180	122,2	150
	Котлета рыбная соус	50	70	101,6	116,2
	Картофельно-морковное пюре	100	120	76,6	77,1
	Кисель из з/малины	150	180	84,2	106,5
	Хлеб рж-пш	45	45	45,6	56,63
	Салат из св овощей	37	37	35,6	53,5
Итого за обед:				465,8	559,93
Полдник	Ряженка	150	180	104,53	122,51
	Булочка с изюмом	50	70	231,4	249
Итого за полдник:				335,93	371,51
Ужин	Биточки из сердца	60	70	52,2	60,9
	Рагу овощное	130	150	118	148,8
	К-т из сфр	180	190	34,6	40,1
	Хлеб пшеничный	40	40	48,64	56,84
Итого за ужин:				253,44	306,64
Итого за день:				1575,05	1837,5