

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

Ежедневное меню основного питания
на 20 декабря 2023 года



Возрастная категория: 1-3/3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша овсяная (геркулесовая)	130/200	151,16/ 173,46
	Какао напиток	150/200	46,22/ 61,62
	Хлеб с повидлом	35/42	136,00/136,00
Итого за завтрак		315/392	333,38/371,08
Второй завтрак	Сок	100	33,01/37,74
Итого за второй завтрак		100	33,01/37,74
обед	Соленый огурец	30/50	38,04/63,40
	Суп молочный с маком и изюмом	150/200	59,27/79,03
	Овощное рагу	100/120	150,12/180,14
	Котлета мясная	80/100	142,86/176,75
	Компот из смеси сухофруктов	150/200	78,00/104,00
	Хлеб ржаной	34/43	70,83/89,58
Итого за обед		544/713	539,12/692,90
Уплотненный полдник	Салат Витаминный	70/90	64,63/129,26
	Оладьи запеченные с сгущенным молоком	100/100	384,62
	Чай сладкий	150/200	87,21/116,19
	Хлеб пшеничный	26/38	75,67/94,59
Итого за полдник		326/438	612,13/724,66
Итого за день:		1260/1620	1517,64/1826,38