



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ

Дата: 22.11

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду 10,5

Количество детей 20 чел.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность
Завтрак	<i>Яйцо отварное</i>	<i>40 - 800</i>	<i>63</i>
	<i>Масса из круп</i>	<i>120 - 2400</i>	<i>133</i>
	<i>Бутерброд с масл</i>	<i>20/5 - 400/100</i>	<i>170</i>
	<i>Хлеб</i>	<i>20 - 400</i>	<i>103</i>
	<i>Чай</i>	<i>180 - 3600</i>	<i>40</i>
Итого за завтрак			
2-й завтрак	<i>Сок</i>	<i>136 - 2720</i>	<i>64</i>
Итого за второй завтрак			
Обед	<i>Суп с бобовыми</i>	<i>200 - 4000</i>	<i>135</i>
	<i>Тертени из говяд.</i>	<i>60 - 1200</i>	<i>119</i>
	<i>Пюре картофельное тушен.</i>	<i>80 - 1600</i>	<i>158</i>
	<i>Картофельное пюре</i>	<i>100 - 2000</i>	<i>113</i>
	<i>Компот</i>	<i>180 - 3600</i>	<i>103</i>
	<i>Хлеб</i>	<i>20 - 400</i>	<i>96</i>
	<i>Хлеб /тс.</i>	<i>37,5 - 450</i>	<i>103</i>
Итого за обед			
Полдник	<i>Творожная закуска</i>	<i>100 - 2000</i>	<i>277</i>
	<i>Сладкое молоко</i>	<i>13 - 260</i>	<i>102</i>
	<i>Молоко</i>	<i>150 - 3000</i>	<i>154</i>
Итого за полдник			
Итого за день		<i>70 - 1400</i>	<i>58</i>
		<i>1415,5</i>	<i>1888.</i>

УТВЕРЖДАЮ:



Заведующий МБДОУ
д/с № 9 «Улыбка»

И.А. Хурдакова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ

Дата: 22.11.21.

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду 10,5

Кормимость детей 20.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность
Завтрак	Мясо отварное	40 / 200	63
	Каша из круп	110 / 2400	133
	Бутерброд с маслом	20/5 / 400-100	130
	Салат с сахаром	180 / 3600	40
	Хлеб пшеничный	20 / 400	103
Итого за завтрак		385	509
2-й завтрак	сок	136 / 2720	64
Итого за второй завтрак		136	64
Обед	Суп с бобовыми	200 / 4000	135
	Тертельки из говядины	60 / 1200	119
	Канюша тушенная	80 / 1600	158
	Картофельное пюре	100 / 2000	138
	Кефир из сахарных сливок	180 / 3600	113
	Хлеб	20 / 400	103
	Хлеб ржаной	37,5 / 750	96
Итого за обед		657,5	862
Полдник	Творожная запеканка	100 / 2000	217
	Сгущенное молоко	13 / 260	154
	молоко / ягоды	150/20 / 3000-1400	102 / 4
Итого за полдник		353	582
Итого за день		1531,5	2017







