

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
д/с № 9 «Улыбка»



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ

Дата: 30.11.24

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду 10,5

Комплексные блюда 18

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность
Завтрак	Каша молоч. геркулес.	150 / 2700	187
	Чай с сахаром	180 / 3240	40
	Медо	40 / 720	63
	Бутерброд с маслом	258 / 450-144	170
Итого за завтрак			
2-й завтрак	Кондитерские изделия	40 / 720	140,9
Итого за второй завтрак			
Обед	Суп картош. с бобами	200 / 3600	155
	Картофель отварной	100 / 1800	138
	Пюре в томат. соусе	70 / 1260	116
	Салат из отвар. свеклы	30 / 540	56,34
	Кисель из сухофруктов	180 / 3240	106,2
	Хлеб	15 / 270	103
	Хлеб ржаной	32,5 / 625	96
Итого за обед			
Полдник	Запеканка из творога с рис.	100 / 1800	148,6
	Вареники	100 / 1800	230
	т/продукт / хлеб	104 / 10 / 1872-180	82 / 51
Итого за полдник			
Итого за день			

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ

Дата: 30.11

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	Каша мол. зрелая	150 - 3000	63
	Чай с сахаром	140 - 3600	40
	Яйцо	40 - 800	63
	Бутерброд с маслом	25/8 - 500/160	170
Итого за завтрак			
2-й завтрак	Конфит изрешия	40 - 800	140,99
Итого за второй завтрак			
Обед	Суп гороховый	200 - 4000	135
	Пюре картофельное	100 - 2000	138
	Пюре картофельное в том. соусе	70 - 1400	
	Салат из отв. свеклы	30 - 600	158
	Пюре картофельное	180 - 3600	106,2
	Хлеб	15 - 350	103
	Хлеб ржан.	37,5 - 750	76
Итого за обед			
Полдник	Зоткванка из пшеницы с рисом	100 - 2000	148,67
	Ватрушка	100 - 2000	230
	Ж/продукт.	104 - 2080	82
Итого за полдник	Хлеб	10 - 200	103
Итого за день		1481,5	1768,2







