



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

Л.А.Хурдакова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ

Дата: 22.11.21

Возрастная категория: до 3 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду 10,5

Кашнево: 10

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность	
Завтрак	Яйцо вареное	40/400	63	
	Каша из круп	100/1000	127	
	Чай с сахаром	150/1500	28	
	Бутерброд с маслом	20/5/200/50	95.2	
	Хлеб	10/100	68.7	
Итого за завтрак				
2-й завтрак	Сок	100/1000	64	
Итого за второй завтрак				
Обед	Суп с бобовыми	150/1500	81	
	Пюре из кабачков	60/600	93	
	Канюста тушеная	80/800	120	
	Картофельное пюре	70/700	92	
	Каша из сух-8	150/1500	84.75	
	Хлеб	15/150	68.7	
	Хлеб ржаной	30/300	64.2	
Итого за обед				
Полдник	Творожная запеканка	80/800	196	
	Молоко кипяченое	100/1000	85	
	Молоко стерилизованное	15/150	154	
Итого за полдник	Яблоки	70/700	44	
Итого за день				







