УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУОВ
«Детский сад «Колосок» с.Устинкино
_____Н.В. Лейман
М.П.
«12» января 2023г

Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с.Устинкино
на «13» января 2023г.

Возрастная категория с1-3 лет, с 3-7 лет
Длительность пребывания детей в ДОУ 10,5ч.

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
	1 ЗАВТРАК				
1.	Суп рисовый молочный	0,150	130,14	0,200	173,52
	со сливочным маслом				
	Чай сладкий	0,160	38,4	0,180	43,2
	Зефир	0,012	39,6	0,020	66,0
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5	0,035	101,5
ИТОГО:			280,6		384,2
	2 ЗАВТРАК				
2.	Сок	0,100	46,0	0,100	46,0
ИТОГО:			46,0		46,0
3.	**ОБЕД**				
	Уха из консервированной рыбы	0,150	85,55	0,200	114,06
	Ленивые голубцы	0,050	73,6	0,070	103,03
	Картофельное пюре	0,100	91,63	0,110	100,79
	Соус томатный	0,020	13,4	0,030	20,1
	Салат из консервированного горошка	0,040	31,53	0,060	47,3
	с луком				
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5	0,045	130,5
	Кисель с витамином С	0,160	103,28	0,180	116,19
ИТОГО:			500,5		638,84
4.	**ПОЛДНИК**				
	Хлеб ржаной с джемом	0,035/0,020	151,2	0,045/0,030	204,7
	Напиток из плодов шиповника	0,160	65,07	0,180	73,2
ИТОГО:			216,3		277,9
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1043,4		1346,9