

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУОВ
«Детский сад «Колосок» с. Устинкино
Н.В. Лейман



«23» января 2023г

**Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
на «23» января 2023г.**

Возрастная категория с 1-3 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.	Макароны отварные с сыром и со сливочным маслом	0,150/0,04	197,35	0,200/0,006	265,5
	Чай сладкий с молоком	0,160	62,64	0,180	70,48
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5	0,035	101,5
ИТОГО:			332,7		437,4
2 ЗАВТРАК					
2.	Фрукты	0,095	26,6	0,100	28,0
ИТОГО:			26,6		28,0
3.	ОБЕД				
	Борщ с мясом и сметаной	0,150	70,27	0,180	93,69
	Плов с мясом птицы	0,140	207,77	0,150	222,61
	Салат из морской капусты с луком	0,040	49,33	0,060	74,0
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5	0,045	130,5
	Кисель с вит.С	0,160	103,28	0,180	116,19
ИТОГО:			532,2		637,0
4.	ПОЛДНИК				
	Гребешок с повидлом	0,050	130,93	0,070	183,3
	Чай с молоком	0,160	62,64	0,180	70,48
ИТОГО:			193,57		253,78
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1085,07		1356,18