


УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующая МБДОУОВ
 «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
 Н.В. Лейман
 М.П. _____
 «22» марта 2023г

Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
 на «22» марта 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.	Омлет с консервированным горошком и со сливочным маслом	0,130	164,8	0,150	189,20
	Чай сладкий	0,160	38,4	0,180	43,2
	Конфета шоколадная	0,012	49,7	0,020	82,8
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5	0,035	101,5
	ИТОГО:		325,4		416,7
2 ЗАВТРАК					
2.	Сок	0,100	55,0	0,100	55,0
	ИТОГО:		55,0		55,0
3. ОБЕД					
	Уха из рыбных консервов	0,150	85,55	0,200	114,6
	Картофельная запеканка с мясом		244,3		261,72
	Огурец соленый	0,040	2,8	0,060	4,2
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5	0,045	130,5
	Напиток из шиповника с вит.С	0,160	65,07	0,180	73,2
	ИТОГО:		499,2		638,7
4. ПОЛДНИК					
	Блины	0,050	145,33	0,070	203,4
	Кисло-молочный продукт	0,150	86,0	0,180	103,2
	ИТОГО:		231,3		306,6
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1110,9		1417,0