

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



2023г

Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с.Устинкино
 на «3» мая 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.	Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом	0,150	149,73	0,200	199,64
	Чай с молоком	0,160	62,64	0,180	70,48
	Яйцо отварное	0,025	39,25	0,025	39,25
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5	0,035	101,5
	ИТОГО:		324,1		410,9
2 ЗАВТРАК					
2.	Сок	0,100	55,0	0,100	55,0
	ИТОГО:		55,0		55,0
3.	ОБЕД				
	Суп вермишелевый с мясными фрикадельками	0,150	133,81	0,200	178,48
	Рыба запеченная	0,050	38,43	0,070	53,8
	Рис отварной	0,100	146,2	0,110	160,8
	Соус белый	0,020	15,0	0,030	22,5
	Икра кабачковая	0,040	22,0	0,060	33,0
	Напиток из плодов шиповника с витамином С	0,160	65,07	0,180	73,2
	ИТОГО:		522,0		652,2
4.	ПОЛДНИК				
	Манник	0,050	145,33	0,070	203,4
	Чай с молоком	0,160	62,64	0,180	70,48
	ИТОГО:		207,97		273,08
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1109,07		1391,18