


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

2023г

Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
 на «31» 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 |