


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

М.П. «6» июля 2023г

Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
 на «6» июля 2023г.

Возрастная категория с 1-3 лет, с 3-7 лет
 Длительность пребывания детей в ДОУ 10,5ч.

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
1 ЗАВТРАК			
1.	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	0,150	153,0
	Чай сладкий	0,160	38,4
	Бутерброд со сливочным маслом	0,025/0,003	94,52
ИТОГО:			285,92
2 ЗАВТРАК			
2.	Фрукты	0,095	34,8
ИТОГО:			34,8
3. ОБЕД			
	Щи с мясом и сметаной	0,150	133,14
	Биточки мясные	0,050	114,83
	Гречка отварная	0,100	128,7
	Соус томатно-сметанный	0,020	13,4
	Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	0,040	32,8
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5
	Компот из сухофруктов с витамином С	0,160	78,19
ИТОГО:			602,5
4. ПОЛДНИК			
	Сырники со сгущенным молоком	0,050/0,007	167,08
	Напиток лимонный	0,160	46,4
ИТОГО:			213,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1136,7

ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
0,200	204,0
0,180	43,2
0,035/0,004	130,86
	378,1
0,100	36,6
	36,6
0,200	173,2
0,070	160,76
0,110	141,5
0,030	20,1
0,060	49,21
0,045	130,5
0,180	87,97
	763,2
0,070/0,009	231,6
0,180	52,2
	283,8
	1460,7