


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

2023г

**Ежедневное меню горячего питания**  
**МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино**  
 на «19» 06 2023г.

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

| №                     | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                       | ВЕС В ГРАММАХ | ККАЛ          |
|-----------------------|--|---------------|---------------|
| <b>1 ЗАВТРАК</b>      |  |               |               |
| 1.                    | Каша манная молочная со сливочным маслом | 0,150         | 145,0         |
|                       | Чай сладкий                              | 0,160         | 38,4          |
|                       | Пряник                                   | 0,012         | 23,6          |
|                       | Хлеб пшеничный                           | 0,025         | 72,5          |
| <b>ИТОГО:</b>         |  |               | <b>280,0</b>  |
| <b>2 ЗАВТРАК</b>      |  |               |               |
| 2.                    | Сок                                      | 0,100         | 46,0          |
| <b>ИТОГО:</b>         |  |               | <b>46,0</b>   |
| 3.                    | <b>ОБЕД</b>                              |               |               |
|                       | Лапшевник с мясом курицы                 | 0,150         | 93,1          |
|                       | Жаркое по-домашнему                      | 0,140         | 206,2         |
|                       | Салат из кукурузы с луком                | 0,040         | 39,7          |
|                       | Хлеб пшеничный                           | 0,035         | 101,5         |
|                       | Кисель с витамином С                     | 0,160         | 103,2         |
| <b>ИТОГО:</b>         |  |               | <b>543,7</b>  |
| 4.                    | <b>ПОЛДНИК</b>                           |               |               |
|                       | Блины с джемом                           | 0,050/0,007   | 156,9         |
|                       | Чай с молоком                            | 0,160         | 67,6          |
| <b>ИТОГО:</b>         |  |               | <b>224,5</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> |  |               | <b>1094,2</b> |

| ВЕС В ГРАММАХ | ККАЛ          |
|---------------|---------------|
| 0,200         | 193,3         |
| 0,180         | 43,2          |
| 0,020         | 39,33         |
| 0,035         | 101,5         |
|               | <b>377,3</b>  |
| 0,100         | 46,0          |
|               | <b>46,0</b>   |
| 0,200         | 124,13        |
| 0,150         | 220,94        |
| 0,060         | 59,58         |
| 0,045         | 130,5         |
| 0,180         | 116,19        |
|               | <b>651,3</b>  |
| 0,070/0,009   | 218,0         |
| 0,180         | 70,48         |
|               | <b>288,48</b> |
|               | <b>1363,1</b> |