

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

Н.В. Лейман

2023г



**Ежедневное меню горячего питания**  
**МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино**  
на «28» 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	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
<b>1 ЗАВТРАК</b>					
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
<b>ИТОГО:</b>			324,1	<b>410,9</b>	
<b>2 ЗАВТРАК</b>					
2.	Сок	0,100	55,0	0,100	55,0
<b>ИТОГО:</b>			55,0	<b>55,0</b>	
<b>3. ОБЕД</b>					
	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
	Салат из помидоров и огурцов с луком	0,040	33,5	0,060	50,3
	Напиток из плодов шиповника с витамином С	0,160	65,07	0,180	73,2
<b>ИТОГО:</b>			533,5	<b>669,5</b>	
<b>4. ПОЛДНИК</b>					
	Манник	0,050	145,33	0,070	203,4
	Кисло-молочный напиток	0,150	86,0	0,180	103,2
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			1143,9	<b>306,6</b>	
				<b>1442,0</b>	