


УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующая МБДОУОВ
 «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
 Н.В. Лейман
 М.П. _____
 2023г

Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
 на «30» 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
1 ЗАВТРАК					
1.	Суп рисовый молочный со сливочным маслом	0,150	130,14	0,200	173,52
	Чай сладкий	0,160	38,4	0,180	43,2
	Зефир	0,012	39,6	0,020	66,0
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5	0,035	101,5
	ИТОГО:		280,6		384,2
2 ЗАВТРАК					
2.	Сок	0,100	46,0	0,100	46,0
	ИТОГО:		46,0		46,0
3. ОБЕД					
	Уха из консервированной рыбы	0,150	85,55	0,200	114,06
	Ленивые голубцы	0,050	73,6	0,070	103,03
	Картофельное пюре	0,100	91,63	0,110	100,79
	Соус томатный	0,020	13,4	0,030	20,1
	Салат из свеклы с соленым огурцом с луком	0,040	50,6	0,060	75,9
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5	0,045	130,5
	Кисель с витамином С	0,160	103,28	0,180	116,19
	ИТОГО:		519,6		660,6
4. ПОЛДНИК					
	Хлеб ржаной с джемом	0,035/0,020	151,2	0,045/0,030	204,7
	Молочнок из плодов шиповника	0,160	65,07	0,180	73,2
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2163		277,9
			1062,5		1368,7