

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

М.П. _____
« 08 » _____ 2023г

**Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
на « 08 » _____ 09 _____ 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.	Суп рисовый молочный со сливочным маслом	0,200	173,52
	Чай сладкий	0,180	43,2
	Зефир	0,020	66,0
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5
ИТОГО:			384,2
2 ЗАВТРАК			
2.	Сок	0,100	46,0
ИТОГО:			46,0
3.	ОБЕД		
	Уха из консервированной рыбы	0,200	114,06
	Ленивые голубцы	0,070	103,03
	Картофельное пюре	0,110	100,79
	Соус томатный	0,030	20,1
	Салат из свеклы с соленым огурцом с луком	0,060	75,9
	Хлеб пшеничный	0,045	130,5
	Кисель с витамином С	0,180	116,19
ИТОГО:			660,6
4.	ПОЛДНИК		
	Хлеб ржаной с джемом	0,045/0,030	204,7
	Напиток из плодов шиповника	0,180	73,2
ИТОГО:			277,9
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1368,7

ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
0,150	130,14
0,160	38,4
0,012	39,6
0,025	72,5
	280,6
0,100	46,0
	46,0
0,150	85,55
0,050	73,6
0,100	91,63
0,020	13,4
0,040	50,6
0,035	101,5
0,160	103,28
	519,6
0,035/0,020	151,2
0,160	65,07
	216,3
	1062,5