

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



2023г

**Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с.Устинкино
на « 18 » 10 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.	Омлет с консервированным горошком и со сливочным маслом	0,130	164,8
	Чай сладкий	0,160	38,4
	Конфета шоколадная	0,012	49,7
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5
ИТОГО:			325,4
2 ЗАВТРАК			
2.	Сок	0,100	55,0
ИТОГО:			55,0
3.	ОБЕД		
	Уха из рыбных консервов	0,150	85,55
	Картофельная запеканка с мясом		244,3
	Огурец соленый	0,040	2,8
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5
	Напиток из шиповника с вит.С	0,160	65,07
ИТОГО:			499,2
4.	ПОЛДНИК		
	Блины	0,050	145,33
	Чай с молоком	0,160	62,64
ИТОГО:			207,97
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1087,57

ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
0,150	189,20
0,180	43,2
0,020	82,8
0,035	101,5
	416,7
0,100	55,0
	55,0
0,200	114,6
0,060	261,72
0,045	4,2
0,180	130,5
	73,2
	638,7
0,070	203,4
0,180	70,48
	273,88
	1384,28