

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



2023г

**Ежедневное меню горячего питания**  
**МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с.Устинкино**  
 на « 20 » 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    | ВЕС В ГРАММАХ | ККАЛ    |
|-----------------------|---|---------------|---------|---------------|---------|
| <b>1 ЗАВТРАК</b>      |   |               |         |               |         |
| 1.                    | Омлет с консервированным горошком и со сливочным маслом | 0,130         | 164,8   | 0,150         | 189,20  |
|                       | Чай сладкий   | 0,160         | 38,4    | 0,180         | 43,2    |
|                       | Конфета шоколадная                                      | 0,012         | 49,7    | 0,020         | 82,8    |
|                       | Хлеб пшеничный  | 0,025         | 72,5    | 0,035         | 101,5   |
| <b>ИТОГО:</b>         |   |               | 325,4   |               | 416,7   |
| <b>2 ЗАВТРАК</b>      |   |               |         |               |         |
| 2.                    | Сок   | 0,100         | 55,0    | 0,100         | 55,0    |
| <b>ИТОГО:</b>         |   |               | 55,0    |               | 55,0    |
| 3.                    | <b>ОБЕД</b>   |               |         |               |         |
|                       | Уха из рыбных консервов                                 | 0,150         | 85,55   | 0,200         | 114,6   |
|                       | Картофельная запеканка с мясом                          |               | 244,3   |               | 261,72  |
|                       | Огурец соленый  | 0,040         | 2,8     | 0,060         | 4,2     |
|                       | Хлеб пшеничный  | 0,035         | 101,5   | 0,045         | 130,5   |
|                       | Напиток из шиповника с вит.С                            | 0,160         | 65,07   | 0,180         | 73,2    |
| <b>ИТОГО:</b>         |   |               | 499,2   |               | 638,7   |
| 4.                    | <b>ПОЛДНИК</b>  |               |         |               |         |
|                       | Блины   | 0,050         | 145,33  | 0,070         | 203,4   |
|                       | Чай с молоком   | 0,160         | 62,64   | 0,180         | 70,48   |
| <b>ИТОГО:</b>         |   |               | 207,97  |               | 273,88  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> |   |               | 1087,57 |               | 1384,28 |