

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

М.П. _____
 «30» 10 2023г



Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с.Устинкино
 на «30» октября 2023г.

Возрастная категория с1-3 лет, с 3-7 лет
 Длительность пребывания детей в ДОУ 10,5ч.

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
1 ЗАВТРАК			
1.	Каша пшеничная со сливочным маслом	0,150	149,73
	Какао	0,160	97,78
	Бутерброд с сыром	0,025/0,004	81,08
ИТОГО:			328,6
2 ЗАВТРАК			
2.	Фрукты	0,095	26,6
ИТОГО:			26,6
3.	ОБЕД		
	Суп гороховый с гречками и мясом	0,150	136,3
	Котлета мясная	0,050	114,83
	Картофельное пюре	0,100	91,63
	Соус томатный	0,020	13,4
	Огурец соленый	0,040	2,8
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5
	Кисель с витамином С	0,160	103,28
ИТОГО:			563,7
4.	ПОЛДНИК		
	Булочка молочная	0,050	156,09
	Чай с молоком	0,160	62,64
ИТОГО:			218,73
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1137,63

ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
0,200	199,64
0,180	110,0
0,035/0,006	114,63
	424,2
0,100	28,0
	28,0
0,200	179,53
0,070	160,76
0,110	100,79
0,030	20,1
0,060	4,2
0,045	130,5
0,180	116,19
	712,02
0,070	218,52
0,180	70,48
	289,00
	1453,22