

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



2023г

Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с.Устинкино
на «10» 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.	Каша «Дружба» молочная со сливочным маслом	0,150	149,7
	Кофейный напиток	0,160	101,52
	Бутерброд с сыром	0.025/0.004	81,08
ИТОГО:			332,3
2 ЗАВТРАК			
2.	Фрукты	0.095	63,97
ИТОГО:			63,97
3.	ОБЕД		
	Суп фасолевый с мясом птицы с гречками	0,150	110,0
	Суфле куриное	0,050	62,48
	Перловка отварная	0,100	103,38
	Соус томатный	0,020	13,4
	Салат из свеклы и соленого огурца	0,040	50,63
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5
	Кисель с вит.С	0,160	103,28
ИТОГО:			544,67
4.	ПОЛДНИК		
	Пирог с картофелем	0,050	202,5
	Чай с молоком	0,160	62,64
ИТОГО:			265,14
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1206,08

ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
0,200	199,64
0,180	114,21
0,35/0,006	114,63
	428,4
0,100	67,34
	67,34
0,200	146,6
0,070	87,47
0,110	113,72
0,030	20,1
0,060	75,95
0,045	130,5
0,180	116,19
	690,53
0,070	283,5
0,180	70,48
	353,98
	1540,25