

Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с.Устинкино
на «23» ноября 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
1 ЗАВТРАК					
1.	Омлет с консервированным горошком со сливочным маслом	0,130	164,8	0,150	189,2
	Чай с молоком	0,160	62,64	0,180	70,48
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5	0,035	101,5
ИТОГО:			299,9		361,2
2 ЗАВТРАК					
2.	Фрукты	0,095	34,8	0,100	36,6
ИТОГО:			34,8		36,6
3. ОБЕД					
	Пшеничный суп на мясном бульоне с гренками	0,150	102,6	0,150	134,1
	Плов из мяса птицы	0,140	207,77	0,150	222,6
	Салат из свеклы с чесноком	0,040	44,09	0,060	66,14
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5	0,045	130,5
	Компот из сухофруктов с витамином .С	0,160	78,19	0,180	87,97
ИТОГО:			534,1		641,3
4. ПОЛДНИК					
	Запеканка творожная со сгущенным молоком	0,050/0,012	161,2	0,070/0,020	235,7
	Напиток лимонный	0,160	46,4	0,180	52,2
ИТОГО:			207,6		287,9
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1076,4		1327