

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



Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с.Устинкино
на «23» 01 2024г.

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 ячневая молочная со сливочным маслом	0,150	153,0
	Кофейный напиток	0,160	101,52
	Бутерброд с сыром	0,025/0,004	81,08
ИТОГО:			335,6
2 ЗАВТРАК			
2.	Фрукты	0,095	63,97
ИТОГО:			63,97
3.	ОБЕД		
	Суп гречневый с мясом	0,150	125,6
	Перловка отварная	0,100	103,38
	Колбаска	0,050	114,83
	Соус томатный	0,020	13,4
	Салат морковь с чесноком	0,040	44,1
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5
	Кисель с витамином .С	0,160	103,28
ИТОГО:			606,1
4.	ПОЛДНИК		
	Оладьи	0,050	143,31
	Чай с молоком	0,160	62,64
ИТОГО:			205,95
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1211,62

ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
0,200	204,0
0,180	114,21
0,35/0,006	114,63
	432,8
0,100	67,34
	67,34
0,200	178,4
0,110	113,72
0,070	160,76
0,030	20,1
0,060	66,14
0,045	130,5
0,180	116,19
	785,8
0,070	200,63
0,180	70,48
	271,11
	1557,05