

УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующая МБДОУОВ
 «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
 И.В. Лейман
 М.П. «
 2024г»

Ежедневное меню горячего питания
 МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
 на «19» сентября 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.	Суп рисовый молочный со сливочным маслом	0,150	130,14
	Чай сладкий	0,160	38,4
	Зефир	0,012	39,6
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5
ИТОГО:			280,6
2 ЗАВТРАК			
2.	Сок	0,100	46,0
ИТОГО:			46,0
3. ОБЕД			
	Уха из консервированной рыбы	0,150	85,55
	Ленивые голубцы	0,050	73,6
	Картофельное пюре	0,110	100,79
	Соус томатный	0,020	13,4
	Салат из свеклы с соленым огурцом с луком	0,040	50,6
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5
	Кисель с витамином С	0,160	103,28
ИТОГО:			528,7
4. ПОЛДНИК			
4.	Хлеб ржаной с джемом	0,035/0,020	151,2
	Напиток из плодов шиповника	0,160	65,07
ИТОГО:			216,3
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1071,6

ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
0,200	173,52
0,180	43,2
0,020	66,0
0,035	101,5
	384,2
0,100	46,0
	46,0
0,200	114,06
0,070	103,03
0,130	119,12
0,030	20,1
0,060	75,9
0,045	130,5
0,180	116,19
	678,9
0,045/0,030	204,7
0,180	73,2
	277,9
	1387,0