



**Ежедневное меню горячего питания  
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино  
на «19» 09 2024г.**

Возрастная категория с 1-3 лет, с 3-7 лет  
Длительность пребывания детей в ДОУ 10,5ч.

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
<b>1 ЗАВТРАК</b>			
1.	Омлет с консервированным горошком со сливочным маслом	0,130	164,8
	Чай с молоком	0,160	62,64
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5
<b>ИТОГО:</b>			299,9
<b>2 ЗАВТРАК</b>			
2.	Фрукты	0,095	34,8
<b>ИТОГО:</b>			34,8
3.	<b>ОБЕД</b>		
	Пшеничный суп на мясном бульоне с гречками	0,150	102,6
	Плов из мяса птицы	0,140	207,77
	Салат из свеклы с чесноком	0,040	44,09
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5
	Компот из сухофруктов с витамином .С	0,160	78,19
<b>ИТОГО:</b>			534,1
4.	<b>ПОЛДНИК</b>		
	Запеканка творожная со сгущенным молоком	0,050/0,012	161,2
	Напиток лимонный	0,160	46,4
<b>ИТОГО:</b>			207,6
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			1076,4

ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
0,150	189,2
0,180	70,48
0,035	101,5
	361,2
0,100	36,6
	36,6
0,150	134,1
0,150	222,6
0,060	66,14
0,045	130,5
0,180	87,97
	641,3
0,070/0,020	235,7
0,180	52,2
	287,9
	1327