

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

М.П.  
 «    »    2024г

**Ежедневное меню горячего питания**  
**МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с.Устинкино**  
 на «25» 09 2024г.

Возрастная категория с1-3 лет, с 3-7 лет  
 Длительность пребывания детей в ДОУ 10,5ч.

| №                     | НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                             | ВЕС В ГРАММАХ | ККАЛ   |
|-----------------------|--|---------------|--------|
| <b>1 ЗАВТРАК</b>      |  |               |        |
| 1.                    | Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом | 0,150         | 149,73 |
|                       | Чай с молоком                                  | 0,160         | 62,64  |
|                       | Яйцо отварное                                  | 0,025         | 39,25  |
|                       | Хлеб пшеничный                                 | 0,025         | 72,5   |
| <b>ИТОГО:</b>         |  |               | 324,1  |
| <b>2 ЗАВТРАК</b>      |  |               |        |
| 2.                    | Сок  | 0,100         | 55,0   |
| <b>ИТОГО:</b>         |  |               | 55,0   |
| 3.                    | <b>ОБЕД</b>                                    |               |        |
|                       | Суп вермишелевый с мясными фрикадельками       | 0,150         | 133,81 |
|                       | Рыба запеченная                                | 0,050         | 38,43  |
|                       | Рис отварной                                   | 0,110         | 160,8  |
|                       | Соус белый                                     | 0,020         | 15,0   |
|                       | Икра кабачковая                                | 0,040         | 22,0   |
|                       | Напиток из плодов шиповника с витамином С      | 0,160         | 65,07  |
| <b>ИТОГО:</b>         |  |               | 536,6  |
| 4.                    | <b>ПОЛДНИК</b>                                 |               |        |
|                       | Манник   | 0,050         | 145,33 |
|                       | Кисло-молочный напиток                         | 0,150         | 86,0   |
| <b>ИТОГО:</b>         |  |               | 231,3  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> |  |               | 1147,0 |

| ВЕС В ГРАММАХ | ККАЛ   |
|---------------|--------|
| 0,200         | 199,64 |
| 0,180         | 70,48  |
| 0,025         | 39,25  |
| 0,035         | 101,5  |
|               | 410,9  |
| 0,100         | 55,0   |
|               | 55,0   |
| 0,200         | 178,48 |
| 0,070         | 53,8   |
| 0,130         | 190,1  |
| 0,030         | 22,5   |
| 0,060         | 33,0   |
| 0,180         | 73,2   |
|               | 681,5  |
| 0,070         | 203,4  |
| 0,180         | 103,2  |
|               | 306,6  |
|               | 1454,0 |