

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



Ежедневное меню горячего питания  
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с.Устинкино  
на «3» 10 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 ячневая молочная со сливочным маслом	0,150	153,0
	Чай сладкий	0,160	38,4
	Бутерброд с сыром	0,025/0,004	81,08
<b>ИТОГО:</b>			273,2
<b>2 ЗАВТРАК</b>			
2.	Фрукты	0,095	34,8
<b>ИТОГО:</b>			34,8
<b>3. ОБЕД</b>			
	Щи с мясом и сметаной	0,150	133,14
	Биточки мясные	0,050	114,83
	Гречка отварная	0,110	141,6
	Соус томатно-сметанный	0,020	13,4
	Салат из моркови 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>			626,9
<b>4. ПОЛДНИК</b>			
	Сырники со сгущенным молоком	0,050/0,007	167,08
	Напиток лимонный	0,160	46,4
<b>ИТОГО:</b>			213,48
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			1148,4

ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
0,200	204,0
0,180	43,2
0,035/0,006	114,63
	361,8
0,100	36,6
	36,6
0,200	173,22
0,070	160,76
0,130	167,35
0,030	20,1
0,060	66,14
0,045	130,5
0,180	87,97
	805,5
0,070/0,009	231,56
0,180	52,2
	283,76
	1487,6