



Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
 на «21» 11 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 геркулесовая молочная со сливочным маслом	0,150	149,73
	Кофейный напиток	0,160	101,52
	Бутерброд с сыром	0,025/0,004	81,08
ИТОГО:			332,3
2 ЗАВТРАК			
2.	Фрукты	0,095	63,97
ИТОГО:			63,97
3. ОБЕД			
	Суп с клецками с мясом птицы	0,150	104,7
	Тефтели мясные	0,050	107,5
	Макароны отварные	0,110	134,1
	Соус сметанный	0,020	14,4
	Салат из кукурузы с луком	0,040	39,7
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5
	Компот из сухофруктов с витамином С	0,160	78,19
ИТОГО:			580,1
4. ПОЛДНИК			
4.	Ватрушка с творогом	0,050	132,52
	Чай сладкий с молоком	0,160	67,6
ИТОГО:			200,1
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1176,4

ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
0,200	199,64
0,180	114,21
0,035/0,006	114,63
	428,48
0,100	67,34
	67,34
0,200	139,6
0,070	150,5
0,130	158,5
0,030	21,7
0,060	59,58
0,045	130,5
0,180	87,97
	743,3
0,070	185,53
0,180	70,48
	256,01
	1495,1