


  
**УТВЕРЖДАЮ:**  
 Заведующая МБДОУОВ  
 «Детский сад «Колосок» с. Устинкино  
 Н.В. Лейман  
 М.П. « 09 » 2025г

**Ежедневное меню горячего питания**  
**МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино**  
 на « 10 » 01 2025г.

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.	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
<b>ИТОГО:</b>			280,6
<b>2 ЗАВТРАК</b>			
2.	Сок	0,100	46,0
<b>ИТОГО:</b>			46,0
3.	<b>ОБЕД</b>		
	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 консервированного горошка с луком	0,040	31,53
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5
	Кисель с витамином С	0,160	103,28
<b>ИТОГО:</b>			509,6
4.	<b>ПОЛДНИК</b>		
	Хлеб ржаной с джемом	0,035/0,020	151,2
	Напиток из плодов шиповника	0,160	65,07
<b>ИТОГО:</b>			216,3
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			1052,5

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	47,3
0,045	130,5
0,180	116,19
	650,3
0,045/0,030	204,7
0,180	73,2
	277,9
	1358,4