

Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
 на «16» _____ 2025г.

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 манная молочная со сливочным маслом	0,150	145,0
	Чай сладкий	0,160	38,4
	Пряник	0,012	23,6
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5
	ИТОГО:		280,0
2 ЗАВТРАК			
2.	Сок	0,100	46,0
	ИТОГО:		46,0
3.	ОБЕД		
	Лапшевник с мясом курицы	0,150	93,1
	Жаркое по-домашнему	0,140	206,2
	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:		518,7
4.	ПОЛДНИК		
	Блины со сливочным маслом	0,050/0,006	156,0
	Чай с молоком	0,160	67,6
	ИТОГО:		223,6
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1068,3

ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
0,200	193,3
0,180	43,2
0,020	39,33
0,035	101,5
	377,3
0,100	46,0
	46,0
0,200	124,13
0,150	220,94
0,060	59,58
0,045	130,5
0,180	87,97
	623,1
0,070/0,007	218,0
0,180	70,48
	288,48
	1334,8