

Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
на «29» мая 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 ячневая молочная со сливочным маслом	0,150	153,0
	Чай сладкий	0,160	38,4
	Бутерброд с сыром	0,025/0,004	81,08
ИТОГО:			273,2
2 ЗАВТРАК			
2.	Фрукты	0,095	34,8
ИТОГО:			34,8
3.	ОБЕД		
	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
ИТОГО:			626,9
4.	ПОЛДНИК		
	Сырники со сгущенным молоком	0,050/0,007	167,08
	Напиток лимонный	0,160	46,4
ИТОГО:			213,48
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			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