

УТВЕРЖДАЮ:
 И.о. заведующей МБДОУОВ
 «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
 М.В. Полежаева
 2025г.



Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
 на «12» июня 2025г.

Возрастная категория с 1-3 лет, с 3-7 лет
 Длительность пребывания детей в ДОУ 10,5ч.

№	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ	ВЕС В ГРАММА X	ККАЛ
1 ЗАВТРАК					
1.	Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом	0,150	149,73	0,200	199,64
	Чай с молоком	0,160	67,6	0,180	70,48
	Яйцо отварное	0,025	39,25	0,025	39,25
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5	0,035	101,5
	ИТОГО:		329,1		
2 ЗАВТРАК					
2.	Сок	0,100	55,0	0,100	55,0
	ИТОГО:		55,0		
3.	ОБЕД				
	Суп вермишелевый с мясными фрикадельками	0,150	133,81	0,200	178,48
	Рыба запеченная	0,050	38,43	0,070	53,8
	Рис отварной	0,110	160,8	0,130	190,1
	Соус белый	0,020	15,0	0,030	22,5
	Салат из помидор и огурцов с реп.луком	0,040	33,5	0,060	50,3
	Напиток из плодов шиповника с витамином С	0,160	65,07	0,180	73,2
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5		
	ИТОГО:		548,1	0,045	130,5
4.	ПОЛДНИК				
	Манник	0,050	145,33	0,070	203,4
	Чай сладкий с молоком	0,160	67,6	0,180	70,48
	ИТОГО:		212,9		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1145,1		273,8
					1438,5