

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУОВ
«Детский сад «Колосок» с. Устинкино
П.В. Дейман
«10» 09 2025г

Ежедневное меню горячего питания
МБДОУОВ «Детский сад «Колосок» с. Устинкино
на «10» 09 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.	Омлет с консервированным горошком и со сливочным маслом	0,130	164,8
	Чай сладкий	0,160	38,4
	Конфета шоколадная	0,012	49,7
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5
ИТОГО:			325,4
2 ЗАВТРАК			
2.	Сок	0,100	55,0
ИТОГО:			55,0
3.	ОБЕД		
	Уха из рыбных консервов	0,150	85,55
	Картофельная запеканка с мясом	0,140	244,3
	Салат из белокочанной капусты с яблоком	0,040	40,5
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5
	Напиток из плодов шиповника с витамином С	0,160	65,07
ИТОГО:			536,9
4.	ПОЛДНИК		
	Блины	0,050	156,9
	Чай с молоком	0,160	62,6
ИТОГО:			219,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1136,8

ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
0,150	189,2
0,180	43,2
0,020	82,8
0,035	101,5
	416,7
0,100	55,0
	55,0
0,200	114,06
0,150	261,72
0,060	60,7
0,045	130,5
0,180	73,2
	640,7
0,070	217,5
0,180	70,48
	287,98
	1400,38