

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 « 1 » 10 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.	Суп вермишелевый молочный со сливочным маслом	0,150	117,06
	Какао	0,160	97,78
	Яйцо отварное	0,025	39,25
	Хлеб пшеничный	0,025	72,5
ИТОГО:			326,6
2 ЗАВТРАК			
2.	Сок	0,100	46,0
ИТОГО:			46,0
3.	ОБЕД		
	Рассольник с мясом и сметаной	0,150	126,61
	Жаркое по-домашнему	0,140	206,2
	Салат из капусты с морковью и луком	0,040	26,33
	Хлеб пшеничный	0,035	101,5
	Напиток из шиповника с вит.С	0,160	65,07
ИТОГО:			525,7
4.	ПОЛДНИК		
	Булочка домашняя	0,050	129,6
	Чай с молоком	0,160	62,64
ИТОГО:			192,24
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1090,64

ВЕС В ГРАММАХ	ККАЛ
0,200	156,08
0,180	110,0
0,025	39,25
0,035	101,5
	406,8
0,100	46,0
	46,0
0,200	168,81
0,150	220,94
0,060	43,44
0,045	130,5
0,180	73,2
	636,9
0,070	177,7
0,180	70,48
	248,18
	1337,88