

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
Детский сад №3
Г.М. Кубрак

Ежедневное меню сновного питания детей

ДАТА: 06 марта 2023 г. Возрастная категория: 3-7 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетич.це
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	189	193
	Бутерброд с маслом и повид	55	151,72
	Чай с сахаром	180	53,3
	ИТОГО ЗАВТРАК	424	398,02
ЗАВТРАК	Сок	100	69
	ИТОГО 2-й ЗАВТРАК	100	69
ОБЕД	Щи по-уральски	222	79,52
	Бефстроганов из отварной г	120	255
	Каша перловая рассыпчатая	150	167
	Компот из сухофруктов	180	75,5
	Хлеб пшеничный	20	45,5
	Хлеб ржаной	40	85,6
	ИТОГО ОБЕД	732	708,12
Уплотненный	Картофель и овощи тушеный	150	107,03
	Конфета	25	141,5
	Какао с молоком	180	111,8
полдник	Хлеб пшеничный	30	67,8
	Итого уплотненный полдник	385	428,13
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1641	1603,27

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
Детский сад №3
Г.М. Кубрак

Ежедневное меню сновного питания детей

ДАТА: 06 марта 2023 г. Возрастная категория: 1-3 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетич.це
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая	158	162
	Бутерброд с маслом и повид	45	124,13
	Чай с сахаром	180	44,42
	ИТОГО ЗАВТРАК	383	330,55
2-й ЗАВТРАК	Сок	100	69
	ИТОГО 2-й ЗАВТРАК	100	69
ОБЕД	Щи по-уральски	165	59,13
	Бефстроганов из отварной г	103	218,88
	Каша перловая рассыпчатая	120	133,6
	Компот из сухофруктов	150	62,92
	Хлеб пшеничный	15	33,9
	Хлеб ржаной	25	53,5
	ИТОГО ОБЕД	578	561,93
Уплотненный	Картофель и овощи тушеный	120	85,62
	Конфета	25	141,5
	Какао с молоком	150	93,17
полдник	Хлеб пшеничный	20	45,2
	Итого уплотненный полдник	315	365,49
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1376	1326,97