Утверждаю:
И.о заведующего МАДОУ
«Детский сад № 3»
_____ Е.И. Кузьмина

Ежедневное меню основного питания детей

ДАТА: 30 мая 2023г Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Энергет. ценность (Ккал)
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая	180/9	193
	Бутерброд с маслом	30/5	105,2
	Напиток кофейный	180	103,7
	Итого за завтрак	**404**	**401,9**
2-й завтрак	Напиток облепиховый	100	69,0
	Итого за 2-й завтрак	**100**	**69,0**
	Суп по домашнему	200	131,7
	Рыба припущенная в молоке (горбуша)	50/18	95,2
	Рис припущенный	120	156,0
	Компот из сухофруктов	180	90,6
	Хлеб пшеничный	20	45,2
	Хлеб ржано-пшеничный	40	85,6
	Итого за обед	**628**	**604,3**
Уплотнен-ный полдник	Суп молочный с крупой (пшено)	200	151,1
	Печенье	20	92,0
	Чай с сахаром	180	53,3
	Хлеб пшеничный	30	67,8
	Итого за уплотненный полдник	**430**	**364,2**
Итого за день		**1562**	**1439,4**

Утверждаю:
И.о заведующего МАДОУ
«Детский сад № 3»
_____ Е.И. Кузьмина

Ежедневное меню основного питания детей

ДАТА: 30 мая 2023г Возрастная категория: 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (грамм)	Энергет. ценность (Ккал)
ЗАВТРАК	Каша молочная ячневая	150/8	161,1
	Бутерброд с маслом	30/5	105,2
	Напиток кофейный	150	65,0
	Итого за завтрак	**343**	**331,3**
2-й завтрак	Напиток облепиховый	100	69
	Итого за 2-й завтрак	**100**	**69**
ОБЕД	Суп по домашнему	150	98,4
	Рыба припущенная в молоке (горбуша)	50/18	95,2
	Рис припущенный	120	156,0
	Компот из сухофруктов	150	77,6
	Хлеб пшеничный	15	33,9
	Хлеб ржано-пшеничный	25	53,5
	Итого за обед	**528**	**514,6**
Уплотнен-ный полдник	Суп молочный с крупой (пшено)	150	69,6
	Печенье	20	92,0
	Чай с сахаром	150	44,42
	Хлеб пшеничный	20	45,2
	Итого за уплотненный полдник	**340**	**251,22**
Итого за день		**1311**	**1166,12**