

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

Ежедневное меню основного питания детей		Дата: 28 ноября 2023 г. Возрастная категория: 3-7 года		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр	Энергетич.цен	
ЗАВТРАК	Суп молочный с рисом	200	151,1	
	Бутерброд с маслом	37	120,2	
	Какао с молоком	180	111,8	
	ИТОГО ЗАВТРАК	417	383,1	
2-Й ЗАВТРАК	Йогурт	100	86	
	ИТОГО 2-Й ЗАВТРАК	100	86	
ОБЕД	Салат картофельный с зел гор	45	70,35	
	Борщ со свежей капустой	207	100	
	Рыбная котлета любительская	70	156	
	Соус белый основной	50	31,25	
	Макароны отварные	150	214	
	Компот из сухофруктов	180	90,6	
	Хлеб пшеничный	30	67,8	
	Хлеб ржаной	40	85,6	
	ИТОГО ОБЕД	727	745,25	
Уплотненный полдник	Запеканка из творога	100	194	
	Чай с сахаром	180	53,3	
	Хлеб пшеничный	30	67,8	
	Итого уплотненный полдник	310	315,1	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1554	1529,45	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1230

Ежедневное меню основного питания детей				
ДАТА: 28 ноября 2023 г. Возрастная категория: 1-3 года		Вес блюда гр		
Прием пищи	Наименование блюда	Энергетич.цен		
ЗАВТРАК	Суп молочный с рисом	150	87,2	
	Бутерброд с маслом	35	105,2	
	Какао с молоком	150	93,2	
	ИТОГО ЗАВТРАК	335	285,6	
2-Й ЗАВТРАК	Йогурт	100	86	
	ИТОГО 2-Й ЗАВТРАК	100	86	
ОБЕД	Салат картофельный с зел гор	30	46,9	
	Борщ со свежей капустой	155	74,7	
	Рыбная котлета любительская	50	111,6	
	Соус белый основной	30	18,8	
	Макароны отварные	120	170,9	
	Компот из сухофруктов	150	77,6	
	Хлеб пшеничный	15	33,9	
	Хлеб ржаной	25	53,5	
	ИТОГО ОБЕД	545	541	
Полдник	Запеканка из творога	80	155,3	
	Чай с сахаром	150	42	
	Хлеб пшеничный	20	45,2	
	Итого уплотненный полдник	250	242,5	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1155,1

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

Г.М. Кубрак