

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

Ежедневное меню сионного питания детей

ДАТА: 10 января 2024 г. Возрастная категория: 3-7 года

Время пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетич. ценность
ЗАВТРАК	Каша молочная жидкая	158	161,1
	Бутерброд с маслом и повидлом	55	154,6
	Чай без сахара	150	0,9
ЗАВТРАК	<b>ИТОГО ЗАВТРАК</b>	<b>363</b>	<b>316,6</b>
	Сок фруктовый	100	69
	<b>ИТОГО 2-й ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>69</b>
ЗАВТРАК	Салат из соленных огурцов	30	20,2
	Суп с макаронами	135	75,3
	Плов из курицы	200	315,5
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	77,6
	Хлеб пшеничный	15	33,9
	Хлеб ржаной	25	53,5
обед	<b>ИТОГО ОБЕД</b>	<b>525</b>	<b>555,8</b>
	Омлет натуральный	80	124
	Печенье	30	125,1
дник	Чай с сахаром	150	42
	Хлеб пшеничный	20	45,09
	<b>Итого уплотненный полдник</b>	<b>280</b>	<b>336,19</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1268</b>	<b>1277,59</b>

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

Ежедневное меню сионного питания детей

ДАТА: 10 января 2024 г. Возрастная категория: 1-3 года

Время пищи	Наименование блюда	Каша молочная жидкая	геркулесовая	Вес блюда	Энергетич. ценность
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и повидлом	Бутерброд с маслом и повидлом		55	154,6
	Чай без сахара	Чай без сахара		180	1,08
	<b>ИТОГО ЗАВТРАК</b>	<b>424</b>	<b>348,68</b>		
ЗАВТРАК	Сок фруктовый	Сок фруктовый		100	69
	<b>ИТОГО 2-й ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>69</b>		
	Салат из соленных огурцов	Салат из соленных огурцов		45	27,8
ОБЕД	Суп с макаронами	Суп с макаронами		200	100,4
	Плов из курицы	Плов из курицы		290	443,2
	<b>ИТОГО 2-й ЗАВТРАК</b>	<b>180</b>	<b>90,6</b>		
ОБЕД	Компот из сухофруктов	Компот из сухофруктов		30	67,8
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный		40	85,6
	<b>ИТОГО ОБЕД</b>	<b>740</b>	<b>787,6</b>		
обед	Омлет натуральный	Омлет натуральный		80	124
	Печенье	Печенье		30	125,1
	<b>Итого уплотненный полдник</b>	<b>180</b>	<b>53,3</b>		
дник	Чай с сахаром	Чай с сахаром		30	67,8
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный		30	67,8
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>320</b>	<b>370,2</b>		