

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ

Детский сад №3

Г.М. Кубрак

Ежедневное меню сновного питания Детей

ДАТА: 26 марта 2024 г. Возрастная категория: 1-3 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетич.ц
ЗАВТРАК	Каша молочная жидкая манная	158	161,1
	Бутерброд с маслом и повидлом	55	154,6
	Напиток кофейный	150	86,4
	<b>ИТОГО ЗАВТРАК</b>	<b>363</b>	<b>402,1</b>
1-й ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100	69
	<b>ИТОГО 2-й ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>69</b>
ОБЕД	Суп с клецками	150	97,4
	Рыба тушеная с овощами	100	140,5
	Рис припущенный	120	162,1
	Компот из сухофруктов	150	77,6
	Хлеб пшеничный	15	33,9
	Хлеб ржаной	25	53,5
	<b>ИТОГО ОБЕД</b>	<b>560</b>	<b>565</b>
Уплотненный	Вареники ленивые	80	112
	Вафли	25	212
ПОЛДНИК	Чай с сахаром		42
	<b>Итого уплотненный полдник</b>		<b>42</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ

Детский сад №3

Г.М. Кубрак

Ежедневное меню сновного питания Детей

ДАТА: 26 марта 2024 г. Возрастная категория: 3-7 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетич.ц
ЗАВТРАК	Каша молочная жидкая манная	189	193
	Бутерброд с маслом и повидлом	55	154,6
	Напиток кофейный	180	103,7
	<b>ИТОГО ЗАВТРАК</b>	<b>424</b>	<b>451,3</b>
2-й ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100	69
	<b>ИТОГО 2-й ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>69</b>
ОБЕД	Суп с клецками	200	130,9
	Рыба тушеная с овощами	115	161
	Рис припущенный	150	204,3
	Компот из сухофруктов	180	90,6
	Хлеб пшеничный	30	67,8
	Хлеб ржаной	40	85,6
	<b>ИТОГО ОБЕД</b>	<b>715</b>	<b>740,2</b>
Уплотненный	Вареники ленивые	100	137
	Вафли	25	212
ПОЛДНИК	Чай с сахаром	180	53,3
	<b>Итого уплотненный полдник</b>	<b>305</b>	<b>402,3</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1544</b>	<b>1662,8</b>