Мотовилова Ирина Геннадьевна
C=RU, O="МДОУ ""Оршанский детский сад ""Колобок"" ", CN=Мотовилова Ирина Геннадьевна, E=doukolobok_1968@mail.ru
Я являюсь автором этого документа
пгтОршанка РМЭ
2023.12.07 10:41:29+04'00'
11.2.2

«Утверждаю»:
Заведующий МДОУ «Оршанский детский сад «Колобок»
_____ Мотовилова И.Г.

Ежедневное меню основного питания

На 11 декабря 2023г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда 3-7л	Энергетическая ценность, ккал 3-7л
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150/160	107,35/114,5
	Батон нарезной	40/50	104,8/131,0
	Кофейный напиток на молоке	160/190	74,67/96,04
Итого			**286,82/341,5**
2 Завтрак	Конфета	15/30	56,5/113,0
	Чай без сахара	150/200	---
Итого			**56,5/113,0**
Обед	Икра морковная	30/50	38,4/64,0
	Свекольник со сметаной	170/200	78,54/92,46
	Жаркое по-домашнему	150/200	194,4/234,8
	Компот из с/фруктов (кураги)	180/200	101,64/113,0
	Хлеб ржаной	30/50	52,2/87,0
Итого			**465,18/591,26**
Полдник	Запеканка манная с изюмом со сг. молоком	70/90	140,7180,9
	Ряженка	160/180	81,7/91,91
Итого			**222,34/272,81**
Всего за день			**1030,9/1318,57**

Утверждаю»:
Заведующий МДОУ «Оршанский детский сад «Колобок»
_____ Мотовилова И.Г.

Ежедневное меню основного питания

На 12 декабря 2023г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7л	Энергетическая ценность, ккал 1-3г/3-7л
Завтрак	**Каша пшеничная на молоке**	140/160	149,1/170,4
	Бутерброд с маслом	35/50	108,0/154,2
	Чай с сахаром	180/200	29,87/37,3
Итого			**286,97/361,9**
2 Завтрак	**Снежок**	150/180	79,0/95,4
Итого			**79,0/95,4**
Обед	**Суп гороховый вегетарианский**	150/200	76,41/127,35
	Котлеты	50/70	96,5/118,3
	Каша гречневая рассыпчатая	110/150	192,3/263,0
	Компот из изюма	150/180	84,7/101,7
	Хлеб ржаной	30/37,5	52,2/65,2
Итого			**502,61/675,55**
Полдник	**Сырники с картофелем с соусом молочным**	90/115	165,2/215,2
	Чай с молоком	150/180	46,67/56,0
Итого			**211,87/271,2**
Всего за день			**1080,45/1404,05**

«Утверждаю»:
Заведующий МДОУ «Оршанский детский сад «Колобок»
_____ Мотовилова И.Г.

Ежедневное меню основного питания

На 13 декабря 2023г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7л	Энергетическая ценность, ккал 1-3г/3-7л
Завтрак	**Каша манная на молоке**	130/150	124,8/144,0
	Батон нарезной	20/50	52,4/131,0
	Кофейный напиток с молоком	200/200	107,0/107,0
Итого			**284,2/382,0**
2 Завтрак	**Ряженка**	150/180	76,6/92,0
Итого			**76,6/92,0**
Обед	**Горошек зелёный консервир.**	40/40	21,9/21,9
	Суп картофельный с мак.изд. на курином бульоне	180/200	75,42/83,8
	Плов из отварной птицы	160/210	237,45/311,65
	Компот из с/ф	180/200	101,7/113,0
	Хлеб ржаной	30/50	52,2/87,0
Итого			**488,67/617,35**
Полдник	**Омлет с овощами**	120/140	192,0/224,0
	Чай с сахаром	150/180	28,0/33,6
Итого			**220,0/257,6**
Всего за день			**1069,47/1343,05**

«Утверждаю»:
Заведующий МДОУ «Оршанский детский сад «Колобок»
_____ Мотовилова И.Г.

Ежедневное меню основного питания

На 14 декабря 2023г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7л	Энергетическая ценность, ккал 1-3г/3-7л
Завтрак	**Каша «Дружба» на молоке**	150/170	159,65/180,9
	Бутерброд с повидлом	25/38	61,0/92,0
	Чай с молоком	175/200	54,36/62,2
Итого			**275,01/335,1**
2 Завтрак	**Сок фруктовый**	150/200	69,0/92,0
Итого			**69,0/82,8**
Обед	**Икра свекольная**	30/50	40,5/67,5
	Суп картофельный с рыбой	180/200	103,32/114,8
	Рыба отварная	60/80	47,2/62,9
	Макаронные изд. отварные	120/150	162,0/202,5
	Соус томатный	30/50	20,07/33,46
	Компот из с/фруктов(изюм)	150/200	101,7/113,3
	Хлеб ржаной	30/50	52,2/87,0
Итого			**526,99/681,46**
Полдник	**Печенье**	30/50	125,1/208,5
	Чай с лимоном	180/200	42,0/52,2
Итого			**167,1/260,7**
Всего за день			**1038,1/1363,3**

«Утверждаю»:
Заведующий МДОУ «Оршанский детский сад «Колобок»
_____ Мотовилова И.Г.

Ежедневное меню основного питания

На 15 декабря 2023г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7л	Энергетическая ценность, ккал 1-3г/3-7л
Завтрак	Каша вязкая пшённая молочная	130/160	138,45/170,4
	Бутерброд с маслом	25/40	65,0/123,4
	Кофейный напиток с молоком	200/200	101,1/101,1
Итого			**304,56/394,9**
2 Завтрак	Фрукты в ассортименте	160/160	70,4/70,4
Итого			**70,4/70,4**
Обед	Огурцы солёные	45/45	6,3/6,3
	Щи из св.капусты с картофелем	150/200	59,02/76,39
	Котлеты, рубленные из птицы	60/80	167,25/223,0
	Пюре картофельное с морковью	120/150	100,1/125,1
	Кисель из шиповника	150/180	84,0/100,8
	Хлеб ржаной	30/37,5	52,2/65,2
Итого			**468,68/596,79**
Полдник	Пирожки с яблоком	50/60	144,74/173,69
	Компот из с/фруктов (кураги)	150/200	84,7/113,0
Итого			**229,44/286,69**
Всего за день			**1073,08/1348,78**