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
2023.12.14 16:04:41+04'00'
11.2.2

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

Ежедневное меню основного питания

На 18 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 ячневая на сг. молоке	155/180	171,02/204,0
	Бутерброд с мас. слив.	33/40	69,15/93,5
	Яйцо вареное	-/20	-/31,4
	Чай с сахаром	150/180	31,86/33,6
Итого			**272,03/362,5**
2 Завтрак	Чай без сахара	160/200	
	Конфета	15/30	56,5/113,0
Итого			**56,5/113,0**
Обед	Икра морковная	30/50	38,4/64,0
	Суп картофельный с клецками	150/200	85,0/94,5
	Капуста , тушенная с мясом	200/220	255,0/280,0
	Компот из с/ф	150/180	84,7/101,7
	Хлеб ржаной	30/50	52,2/87,0
Итого			**515,3/627,2**
Полдник	Булочка домашняя	70/90	181,41/228,46
	Чай с лимоном	150/200	35,0/38,9
Итого			**216,41/267,36**
Всего за день			**1060,24/1370,06**

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

Ежедневное меню основного питания

На 19 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	Суп молочный с крупой на молоке	150/150	100,62/100,62
	Бутерброд с повидлом	40,5/54	98,85/131,8
	Какао с молоком	160/200	80,0/100,0
Итого			**279,47/332,42**
2 Завтрак	Ряженка	150/180	76,6/92,0
Итого			**76,6/92,0**
Обед	Кукуруза консервированная	40/60	21,9/32,76
	Рассольник «Ленинградский» со сметаной и с мясом	150/200	87,08/116,11
	Котлеты	60/80	115,89/135,21
	Пюре картофельное	160/180	120,0/135,0
	Компот из свежих фруктов	180/200	54,61/60,7
	Хлеб ржаной	30/50	52,2/87,0
Итого			**451,68/566,78**
Полдник	Печенье	30/50	125,1/208,5
	Сок фруктовый в ассортименте	180/200	82,2/92,0
Итого			**207,9/300,5**
Всего за день			**1015,65/1291,7**

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

Ежедневное меню основного питания

На 20 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 жидкая молочная**	130/150	88,17/103,92
	Яйцо вареное	40/40	62,8/62,8
	Хлеб пшеничный	30/40	71,1/94,8
	Кофейный напиток с молоком	150/200	70,0/100,5
Итого		-	**292,07/362,02**
2 Завтрак	**Снежок**	150/180	79,0/95,4
Итого			**79,0/95,4**
Обед	**Икра свекольная**	40/50	54,0/67,5
	Суп крестьянский с крупой	180/200	67,04/89,39
	Тефтели из говядины	60/70	129,0/150,5
	Рагу из овощей	150/180	86,67/104,0
	Компот из с/ф (курага)	150/200	84,7/113,0
	Хлеб ржаной	30/50	52,2/87,0
Итого			**473,61/611,39**
Полдник	**Пирожки с картофелем**	70/80	189,0/216,0
	Чай с лимоном	150/200	35,0/52,2
Итого			**224,0/268,2**
Всего за день			**1068,68/1337,01**

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

Ежедневное меню основного питания

На 21 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 молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»**	130/150	121,55/140,25
	Бутерброд с повидлом	40/60	118,0/177,0
	Чай с молоком	180/200	56,0/62,2
Итого			**295,55/379,45**
2 Завтрак	**Фрукты в ассортименте**	160/160	70,4/70,4
Итого			**70,4/70,4**
Обед	**Уха с перловой крупой**	150/200	158,0/210,66
	Котлеты рыбные любительские	50/70	51,01/71,4
	Каша гречневая рассыпчатая	110/130	192,8/227,9
	Кисель из сока	150/180	92,7/111,24
	Хлеб ржаной	30/37,5	52,2/65,2
Итого			**546,71/686,4**
Полдник	**Оладьи с повидлом**	65/90	176,85/244,87
	Чай с сахаром	150/160	24,89/26,55
Итого			**201,74/271,42**
Всего за день			**1114,4/1407,67**

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

Ежедневное меню основного питания

На 22 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 рисовая молочная	120/170	115,2/163,2
	Бутерброд с маслом	30/35	62,86/108,0
	Кофейный напиток с молоком	200/200	95,44/95,44
Итого			**273,5/372,2**
2 Завтрак	Сок фруктовый в ассортим.	150/180	69,0/82,2
Итого			**69,0/82,2**
Обед	Горошек зеленый консервированный	40/60	21,9/32,9
	Борщ с капустой с мясом со сметаной	180/200	84,32/93,69
	Гуляш	60/80	123,6/164,8
	Макаронные изд. отварные	120/150	162,0/202,5
	Компот из свежих фруктов	180/200	54,61/60,7
	Хлеб ржаной	30/50	52,2/87,0
Итого			**498,23/641,59**
Полдник	Запеканка из творога с морковью	50/75	117,0/175,5
	Соус молочный сладкий	15/15	15,2/15,2
	Чай с молоком	180/200	56,0/62,2
Итого			**188,2/252,9**
Всего за день			**1028,93/1349,49**