

«Утверждаю»:

Заведующий МДОУ «Оршанский
детский сад «Колобок»


Мотовилова И.Г.

Ежедневное меню основного питания

На 22 апреля 2024г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда 3-7л	Энергетическая ценность, ккал 3-7л
<u>Завтрак</u>	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
<u>2 Завтрак</u>	Конфета	15/30	56,5/113,0
	Чай без сахара	150/200	---
Итого			56,5/113,0
<u>Обед</u>	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
<u>Полдник</u>	Запеканка манная с изюмом со сг. молоком	70/90	140,7/180,9
	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»

И.Г. Мотовилова И.Г.

Ежедневное меню основного питания

На 23 апреля 2024г.

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
<u>Завтрак</u>	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
<u>2 Завтрак</u>	Снежок	150/180	79,0/95,4
Итого			79,0/95,4
<u>Обед</u>	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
<u>Полдник</u>	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»

И.Г. Мотовилова

Ежедневное меню основного питания

На 24 апреля 2024г.

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
<u>Завтрак</u>	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
<u>2 Завтрак</u>	Ряженка	150/180	76,6/92,0
Итого			76,6/92,0
<u>Обед</u>	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
<u>Полдник</u>	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»

И.Г. Мотовилова

Мотовилова И.Г.

Ежедневное меню основного питания

На 25 апреля 2024г.

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
<u>Завтрак</u>	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
<u>2 Завтрак</u>	Сок фруктовый	150/200	69,0/92,0
Итого			69,0/82,8
<u>Обед</u>	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
<u>Полдник</u>	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»

И.Г. Мотовилова Мотовилова И.Г.

Ежедневное меню основного питания

На 26 апреля 2024г.

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
<u>Завтрак</u>	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
<u>2 Завтрак</u>	Фрукты в ассортименте	160/160	70,4/70,4
Итого			70,4/70,4
<u>Обед</u>	Огурцы солёные	45/45	6,3/6,3
	Щи из св.капусты с картофелем	150/200	59,02/76,39
	Котлеты, рубленые 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
<u>Полдник</u>	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

«Утверждаю»:

Заведующий МДОУ «Оршанский
детский сад «Колобок»

И.Г. Мотовилова Мотовилова И.Г.

Ежедневное меню основного питания

На 27 апреля 2024г.

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
<u>Завтрак</u>	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
<u>2 Завтрак</u>	Чай без сахара	160/200	
	Конфета	15/30	56,5/113,0
Итого			56,5/113,0
<u>Обед</u>	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
<u>Полдник</u>	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