

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ «Шулкинский детский
сад «Березка» _____ Н.А.Кириллова

Ежедневное меню основного питания

на 5 декабря 2022 года

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

<i>Прием пищи</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Выход блюда</i>		<i>Энергетическая ценность (ккал)</i>
		<i>1-3г/3-5 л</i>		
ЗАВТРАК	норма не менее 350/400	360/415		306,7/375,1
	Каша вязкая манная молочная	150/180		112/183,6
	Какао с молоком	180/180		106,9/37,3
	Бутерброд с джемом или повидлом	20/4/6 30/5/15		87,8/154,2
2 ЗАВТРАК	норма не менее 100	140/150		79,3/90,5
	Молоко кипяченое	140/150		79,3/90,5
ОБЕД	норма не менее 450/600	560/680		497,4/658,2
	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	150/6/4 200/10		87,2/139,6
	Тефтели мясные (1 вариант)	40/20		112,5/162,3
	Картофельное пюре	120/150		113,6/140,3
	Компот из сушеных фруктов (изюм)	180/200		101,7/113
	Хлеб ржаной	40/50		82,4/103
ПОЛДНИК	норма не менее 200/250	207/280		223/291
	Чай с молоком	150/7 180		74/95
	Сдоба обыкновенная	50/100		149/196
Итого за день		1267/1535		1024,7/ 1106,4

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ «Шулкинский детский
сад «Березка» _____ Н.А.Кириллова

Ежедневное меню основного питания

на 6 декабря 2022 год

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)
		1-3г/3-5 л		
ЗАВТРАК	норма не менее 350/400	360/470	311,5/375,1	
	Каша вязкая пшеничная молочная	150/200	124,6/183,6	
	Кофейный напиток с молоком	160/200	81,1/37,3	
	Яйцо вареное	20/40	28,3/154,2	
	Хлеб пшеничный/батон	30/30	77,5	
2 ЗАВТРАК	норма не менее 100	150/180	79,2/90,5	
	Сок фруктовый	150/180	79,2/90,5	
ОБЕД	норма не менее 450/600	598/734	522,4/693	
	Икра морковная	30/50	20,8/34,8	
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150/15 180/20	78,6/139,6	
	Рулет с луком и яйцом	60/80	108,7/162,3	
	Макаронные изделия отварные с маслом	123/154	130,2/140,3	
	Компот из сушеных фруктов (кураги)	180/200	101,7/113	
	Хлеб ржаной	40/50	82,4/103	
ПОЛДНИК	норма не менее 200/250	205/250	164,5/291	
	Напиток из плодов шиповника	180/200	79/95	
	Кондитерское изделие (Вафли)	25/50	85,5/196	
Итого за день		1313/1634	1077,6/1449,6	