

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

**Ежедневное меню основного питания**  
на 09 ноября 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/3-7л</i>	
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>норма не менее 358/400</b>	<b>358/404</b>	<b>275,99/365,9</b>
	Каша вязкая молочная "Дружба"	150/150	135,6/135,6
	Чай с молоком	180/8 200/9	88,7/98,6
	Хлеб пшеничный/батон Бутерброд с джемом или повидлом	20 30/5/10	51,69/131,7
<b>2 ЗАВТРАК</b>	<b>норма не менее 100/100</b>	<b>100/140</b>	<b>60,3/84,5</b>
	Кисломолочный продукт (Снежок)	100/140	60,3/84,5
<b>ОБЕД</b>	<b>норма не менее 450/600</b>	<b>500/650</b>	<b>476,6/611,4</b>
	Суп-Уха	150/180	90,2/08,2
	Гуляш из говядины	60/70	139,2/162,3
	Каша гречневая рассыпчатая	120/150	112,2/140,3
	Компот из свежих плодов (яблок)	150/200	73,2/97,6
	Хлеб ржаной	30/50	61,8/103
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>норма не менее 200/250</b>	<b>200/250</b>	<b>238,16/267,8</b>
	Сдоба обыкновенная	50/50	149/149
	Какао с молоком	150/200	89,16/118,8
<b>Итого за день</b>		<b>1158 1444</b>	<b>1051,05 1329,6</b>

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

### Ежедневное меню основного питания

на 10 ноября 2022 год

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
		1-3г/3-5 л	
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>норма не менее 350/400</b>	<b>360/470</b>	<b>311,5/375,1</b>
	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
<b>2 ЗАВТРАК</b>	<b>норма не менее 100</b>	<b>150/180</b>	<b>79,2/90,5</b>
	Сок фруктовый	150/180	79,2/90,5
<b>ОБЕД</b>	<b>норма не менее 450/600</b>	<b>598/734</b>	<b>522,4/693</b>
	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
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>норма не менее 200/250</b>	<b>205/250</b>	<b>164,5/291</b>
	Напиток из плодов шиповника	180/200	79/95
	Кондитерское изделие (Вафли)	25/50	85,5/196
<b>Итого за день</b>		<b>1313/1634</b>	<b>1077,6/1449,6</b>