

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

Ежедневное меню основного питания
на 24 октября 2022 года

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 358/400	358/404	275,99/365,9
	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
2 ЗАВТРАК	норма не менее 100	100/140	60,3/84,5
	Кисломолочный продукт (Снежок)	100/140	60,3/84,5
ОБЕД	норма не менее 450/600	500/650	476,6/611,4
	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
ПОЛДНИК	норма не менее 200/250	200/250	238,16/267,8
	Сдоба обыкновенная	50/50	149/149
	Какао с молоком	150/200	89,16/118,8
	норма не менее 200/250	200/250	238,16/267,8
Итого за день		1158 1444	1051,05 1329,6

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

Ежедневное меню основного питания

на 25 октября 2022 год

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
		1-3 л/3-7 лет	
ЗАВТРАК	норма не менее 350 /400	350 /400	267,49 /349,9
	Каша вязкая пшеничная молочная	150/150	124,6/124,6
	Кофейный напиток с молоком	180/180	91,2/91,2
	Яйцо вареное	40	56,6
	Хлеб пшеничный/батон	20/30	51,69/77,5
2 ЗАВТРАК	норма не менее 100	150/180	79,2/95
	Сок фруктовый в ассортименте	150/180	79,2/95
ОБЕД	норма не менее 450/600	547/690	467,1/611,9
	Суп картофельный с бобовыми, с мясом птицы	150,7 200/10	78,9/105,6
	Тефтели мясные (1 вариант)	40/20 60/20	112,5/150
	Каша гречневая рассыпчатая	120/150	112,2/140,3
	Компот из сушеных фруктов (смесь сухофруктов)	180/200	101,7/113
	Хлеб ржаной	30/50	61,8/103
ПОЛДНИК	норма не менее 200/250	238/280	177/275,00
	Напиток из плодов шиповника	180/180	79/79
	Пряник	50/100	98/196
Итого за бдень		1285,00 1550,00	990,79 1331,80