

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад № «Солнышко»»

Горемыкина Д.А.

Ежедневное меню основного питания

На 10 июня 2024г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7л	Энергетическая Ценность, ккал 1-3г/3-7л
<u>Завтрак</u>	Каша манная молочная сладкая со сливочным маслом	150/200	143/191
	Бутерброд с сыром	20/8 30/10	130/150
	Кофейный напиток с молоком	150/200	112/143
Итого			385/484
<u>2 Завтрак</u>	Банан	100/100	96/96
Итого			96/96
<u>Обед</u>	Салат «Свеколка»	40/60	73/98
	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	150/200	88/117
	Овощное рагу с мясом тушеное со сливочным маслом	150/180	218/290
	Компот из сухофруктов и свежих яблок	150/200	90/106
	Хлеб пшеничный, пеклеванный	25/30 30/37	60,3/64,32 12,2/13,29
Итого			551/689
<u>Полдник</u>	Булочка домашняя сладкая печеная в духовом шкафу	80/100	240/320
	Кисель фруктовый	150/200	90/113
Итого			330/433
Всего за день			1362/1702

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад № «Солнышко»»

Горемыкина Д.А.

Ежедневное меню основного питания

На 11 июня 2024г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7л	Энергетическая Ценность, ккал 1-3г/3-7л
<u>Завтрак</u>	Омлет натуральный, запеченный в духовом шкафу	80/100	96/125
	Бутерброд с маслом	20/7 30/8	68/102
	Чай сладкий черный	150/200	46/62
Итого			210/289
<u>2 Завтрак</u>	яблоко	100/100	47/47
Итого			47/47
<u>Обед</u>	Салат из свежей капусты и моркови с растительным маслом	40/60	40/61
	Борщ на мясном бульоне со сметаной, с мясом	150/5/10 200/20/5	146/143
	Котлета рыбная запеченная в духовом шкафу	60/80	84/108
	Картофельное пюре со сливочным маслом	120/150	202/290
	Компот из сухофруктов	150/200	98/130
	Хлеб пшеничный, пеклеванный	25/30 30/37	60,3/64,32 12,2/13,29
Итого			643/810
<u>Полдник</u>	Каша молочная пшеничная сладкая со сливочным маслом	150/200	180/240
	Какао на молоке	150/200	128/170
	печенье	20/40	83/167
Итого			391/577
Всего за день			1291/1723

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад № «Солнышко»»

Горемыкина Д.А.

Ежедневное меню основного питания

На 13 июня 2024г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7л	Энергетическая Ценность, ккал 1-3г/3-7л
<u>Завтрак</u>	Каша овсяная «геркулес» сладкая со сливочным маслом	150/200	182/216
	Бутерброд с повидлом	20/10 30/15	94/121
	Чай сладкий черный	150/200	46/62
Итого			322/399
<u>2 Завтрак</u>	банан	100/100	96/96
Итого			96/96
<u>Обед</u>	Сельдь порционно с луком, с растительным маслом	30/5 50/5	50/79
	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	150/5 200/7	113/127
	Суфле из отварного мяса запеченное в духовом шкафу	60/80	129/215
	Картофельное пюре со сливочным маслом	120/150	110/290
	Компот из сухофруктов	150/200	98/130
	Хлеб пшеничный, пеклеванный	25/30 30/37	60,3/64,32 12,2/13,29
Итого			573/919
<u>Полдник</u>	Гречка в молоке со сливочным маслом	150/200	197/263
	пряник	30/30	80/94
	Кофейный напиток сладкий черный	150/200	80/107
Итого			357/464
Всего за день			1348/1878

«Утверждаю»:

Заведующая МКДОУ

«Детский сад № «Солнышко»»

Горемыкина Д.А.

Ежедневное меню основного питания

На 14 июня 2024г.

Длительность пребывания в детском саду 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3г/3-7л	Энергетическая Ценность, ккал 1-3г/3-7л
<u>Завтрак</u>	Каша молочная пшенная со сливочным маслом	150/200	181/240
	Бутерброд с сыром	20/8 30/10	130/150
	Какао на молоке	150/200	128/170
Итого			439/560
<u>2 Завтрак</u>	Салат фруктовый	60/100	28,6/46
Итого			28,6/46
<u>Обед</u>	Салат «кукуруза консервированная» с растительным маслом	40/60	31/46
	Суп лапша на курином бульоне	150/200	208/276
	Мясо куриное тушеное с луком	60/80	75/187
	Гороховое пюре со сливочным маслом	120/150	107/114
	Компот из сухофруктов и свежих яблок	150/200	90/106
	Хлеб пшеничный, пеклеванный	25/30 30/37	60,3/64,32 12,2/13,29
Итого			584/807
<u>Полдник</u>	Запеканка творожная фруктовая сладкая запеченная в духовом шкафу, соус сметанный	100/150	195/292
	печенье	10/20	45/75
	снежок	150/180	72/90
Итого			312/457
Всего за день			1364/1870