Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Детский сад № 10 «Колосок»

 УТВЕРЖДАЮ

 Заведующий МБДОУ М.А.Колистая

 Ежедневное меню основного питания

Дата: 10.11.2022 Возрастная категория: 1-3 годаДлительность пребывания в детском саду: 12 ч

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Энергетическая ценность** |
| Завтрак | Суп молочный с макаронными изделиями | 180 | 116,25 |
| Масло коровье сливочное порционное | 5 | 37,3 |
| Хлеб пшеничный высшего сорта | 30 | 71 |
| чай с сахаром | 150 | 30 |
| сыр | 4 | 14,5 |
| Итого за завтрак | 369 | 269,05 |
| Второй завтрак | банан | 100 | 96 |
|  |  |  |
| Итого за второй завтрак | 100 | 96 |
| Обед | борщ | 150 | 93,69 |
| Картофельная запеканка с мясом | 160 | 244 |
|  |  |  |
| Овощи натуральные соленые | 40 | 6,3 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 44 |
| Компот из сухофруктов с сахаром | 150 | 85,35 |
|  |  |  |
| Всего за обед | 520 | 473,29 |
|  |
| Полдник | ряженка | 150 | 105 |
| Печенье | 10 | 43,8 |
| Всего за полдник | 160 | 227,6 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Энергетическая ценность** |
| Ужин | Пудинг из творога со сметаной | 90/15 | 346,64 |
|  |  |  |
| Масло сливочное | 5 | 37,3 |
| Хлеб  | 45 | 115 |
| Какао с молоком | 150 | 50 |
| Итого за ужин | 305 | 548,94 |
| Итого за день |  | 1454 | 1614,88 |