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

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

М.А.Колистая Ежедневное меню основного питания

Дата: 27.4.23 Возрастная категория: 1-3 года Длительность пребывания в детском саду:12 часов

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Энергетическая ценность** |
| Завтрак | суп молочный с макаронными изделиями | 180 | 140,4 |
| Масло коровье сливочное порционное | 5 | 37,3 |
| Хлеб пшеничный высшего сорта | 20 | 45,2 |
| Чай с сахаром | 150 | 36,48 |
| Итого за завтрак | | 365 | 285,18 |
| Второй завтрак | Яблоки | 100 | 47 |
|  |  |  |
| Итого за второй завтрак | | 100 | 47 |
| Обед | рассольник «Ленинградский» | 150 | 89,7 |
| жаркое по-домашнему | 160 | 298,7 |
|  |  |  |
| Морковь припущенная | 44 | 33 |
| Хлеб пшеничный | 45 | 105,75 |
| Компот из сухофруктов с сахаром | 150 | 85,35 |
|  |  |  |
| Всего за обед | 524 | 621,6 |
|  |
| полдник | Сок | 150 | 67,5 |
| Печенье сахарное | 10 | 43,8 |
| Всего за полдник | 160 | 111,3 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Энергетическая ценность** |
| ужин |  |  |  |
| вареники ленивые с маслом сливочным | 160 | 263,4 |
| Хлеб пшеничный высшего сорта | 30 | 71 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 92,2 |
| Итого за ужин | | 355 | 496,6 |
| Итого за день |  | 1504 | 1610,68 |
|  |  |  |