

**Ежедневное меню основного питания  
на 20.11.2024 года**

Возрастная категория: 3 года/ 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 9 часов

Стоимость: 92 рубля

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная жидкая	130	150	118,39	136,6
	Бутерброд с маслом	20/10	30/10	129.7	129.7
	Чай с молоком	150	200	45.48	53.06
<b>Итого за завтрак</b>		<b>310</b>	<b>390</b>	<b>336,79</b>	<b>372</b>
<b>Второй завтрак</b>	Сок фруктовый	100	150	52	78
<b>Итого за завтрак</b>		<b>100</b>	<b>150</b>	<b>52</b>	<b>78</b>
<b>Обед</b>	Суп с клецками на бульоне	150	180	58,05	69,66
	Картофельное пюре	120	150	121	143
	Тефтели из говядины	50	70	99,86	131,44
	Салат витаминный	40	60	26,4	44
	Компот из сухофруктов (с вит. С)	150	200	75	140,44
	Хлеб пшеничный	30	40	43	71
	Хлеб ржаной	30	40	56,7	74
<b>Итого за обед</b>		<b>590</b>	<b>740</b>	<b>480,01</b>	<b>673,54</b>
<b>Полдник</b>					
	Макаронные изделия отварные с маслом	120	150	120	ГП
	Какао с молоком сгущенным	150	200	96,4	128,53
<b>Итого за обед</b>		<b>270</b>	<b>350</b>	<b>216,4</b>	<b>296,53</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1240</b>	<b>1550</b>	<b>1085,2</b>	<b>1420,07</b>

Заведующий МБДОУ  
Очурский детский сад «Колосок»  
\_\_\_\_\_ Баранова О. А.

**Ежедневное меню основного питания**  
**на 21.11.2024 года**

Возрастная категория: 3 года/ 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 9 часов

Стоимость: 92 рубля

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
<b>Завтрак</b>	Каша ячневая молочная	150	200	240	240
	Бутерброд с сыром	20/10	30/10	129.7	129.7
	Кофейный напиток	150	200	134.9	163.9
<b>Итого за завтрак</b>		<b>330</b>	<b>440</b>	<b>504.6</b>	<b>533.6</b>
<b>Второй завтрак</b>	Яблоко	100	150	78	92
	<b>Обед</b>		150	200	106.2
	Каша гречневая отварная с маслом	120	150	130	198.7
	Бефстроганов с мясом кур	67	79	194.6	240
	Салат из свежих огурцов	40	50	36.19	50.49
	Компот (с вит. С)	150	200	81	82.44
	Хлеб пшеничный	60	80	117	135.6
	Хлеб ржаной	40	50	85.6	128.4
<b>Итого за обед</b>		<b>627</b>	<b>809</b>	<b>750.59</b>	<b>977.2</b>
<b>Полдник</b>	Пирожок с повидлом	50	50	150.2	150.2
	Кисель	150	200	45.48	53.06
<b>Итого за полдник</b>		<b>200</b>	<b>250</b>	<b>195.68</b>	<b>203.26</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1157</b>	<b>1499</b>	<b>1450.87</b>	<b>1714.06</b>

**Ежедневное меню основного питания**  
**на 22.11.2024 года**

Возрастная категория: 3 года/ 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 9 часов

Стоимость: 92 рубля

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность		
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая на молоке	150	180	163.3	217.7	
	Батон с маслом	20/10	20/10	78	78	
	Чай	150	200	45.48	53.06	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>325</b>	<b>435</b>	<b>286.78</b>	<b>348.76</b>	
<b>Второй завтрак</b>						
<b>Яблоко</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>78</b>	<b>78</b>	
<b>Обед</b>	Суп с вермишелью	150	180	78	104	
	Котлета рыбная	50	50	123	123	
	Салат из свеклы	40	60	36.19	50.49	
	Картофельное пюре	120	150	117.53	152.8	
	Компот с витамином С	150	200	81	82.44	
	Хлеб пшеничный	60	80	117	135.6	
	Хлеб ржаной	40	50	85.6	128.4	
	<b>Итого за обед</b>		<b>610</b>	<b>770</b>	<b>638.32</b>	<b>776.73</b>
	<b>Полдник</b>					
	Манник со сгущенкой	100/25	100/30	145.3	186.9	
	Чай	150	200	45.48	53.06	
<b>Итого за обед</b>		<b>225</b>	<b>290</b>	<b>190.78</b>	<b>239.96</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1160</b>	<b>1495</b>	<b>1115.88</b>	<b>1365.45</b>	