

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад
«Солнышко» села Шипуново Шипуновского района Алтайского края
(МБДОУ – детский сад «Солнышко» с. Шипуново)



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ –
детского сада «Солнышко»
Лысак Н.П.

Ежедневное меню основного питания
(10-й день десятидневки)

Возрастная категория: 1-3года / 3-7лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 10 часов
(75% от суточной нормы)

Прием пищи	Наименование блюда	Все блюда (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
<i>Завтрак</i>	Суп молочный с крупой(ячневая)	150	150	83	83
	Бутерброд с маслом	50	50	100	100
	Чай с сахаром	150	200	49	58
<i>Второй завтрак</i>	Сок	100	100	69	69
Итого за завтрак		450	400	301(25%)	310 (25%)
<i>Обед</i>	Салат из свежих огурцов	30	50	11	22
	Суп картофельный с крупой	150	180	68	88
	Каша перловая рассыпчатая	110	130	112	164
	Рыба тушеная в томате с овощами	50	70	179	191
	Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	30	40	46	69
	Компот из свежих плодов	150	180	45	60
Итого за обед		520	650	461 (35%)	594 (35%)
<i>Полдник</i>	Колбасные изделия запеченные в тесте	60	100	143	238
	Какао с молоком	150	180	84	112
Итого за полдник		210	280	227 (15%)	350 (15%)
Всего за день		1180	1430	989 (75%)	1254 (75%)