

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



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
Завтрак	Каша Дружба молочная жидкая	150	150	137	174
	Бутерброд с повидлом	50	50	138	138
	Кофейный напиток с молоком	150	200	81	108
Второй завтрак	Компот из свежих плодов	100	100	30	30
Итого за завтрак		450	500	386(25%)	450 (25%)
Обед	Салат из свеклы с чесноком	30	50	30	45
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180	51	59
	Гороховое пюре	110	130	129	142
	Котлета рубленая из птицы	50	70	170	207
	Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	40	50	69	86
	Напиток апельсиновый или лимонный	150	180	54	65
Итого за обед		530	660	503 (35%)	604 (35%)
Полдник	Запеканка манная с молоком сгущенным	70	100	127	181
	Чай с сахаром	150	180	49	52
Итого за полдник		220	280	176 (15%)	233 (15%)
Всего за день		1200	1440	1065 (75%)	1287 (75%)