

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
(1-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	Макаронные изделия с тертым сыром	150	150	183	183
	Бутерброд с повидлом	50	50	138	138
	Чай с сахаром	150	200	49	58
Второй завтрак	Фрукты	100	100	83	83
Итого за завтрак		450	500	453 (25%)	462 (25%)
Обед	Овощи свежие порционно	30	50	3	6
	Борщ с капустой и картофелем	150	180	61	109
	Каша гречневая рассыпчатая	110	130	118	138
	Гуляш	50	70	158	187
	Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	40	50	51	69
	Компот из свежих плодов	150	180	45	60
Итого за обед		530	660	436 (35%)	569 (35%)
Полдник	Блины	90	120	193	197
	Какао с молоком	150	180	84	112
Итого за полдник		240	300	277 (15%)	309 (15%)
Всего за день		1220	1460	1184 (75%)	1340 (75%)