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
	Какао с молоком	150	200	84	112
Второй завтрак	Компот из свежих плодов	100	100	30	30
Итого за завтрак		**450**	**500**	**435 (25%)**	**463 (25%)**
Обед	Овощи порционно	30	50	5	8
	Борщ с капустой и картофелем	150	180	61	109
	Каша гречневая по-купечески	160	200	239	280
	Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	40	50	52	69
	Компот из сухофруктов	150	180	120	144
Итого за обед		**530**	**660**	**477(35%)**	**610(35%)**
Полдник	Блины	90	120	290	386
	Чай с сахаром	150	180	49	59
Итого за полдник		**240**	**400**	**339 (15%)**	**445(15%)**
Всего за день		**1220**	**1560**	**1251 (75%)**	**1518 (75%)**