

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
(2-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 пшеничная молочная жидкая	150	150	91	91
	Бутерброд с маслом	50	50	111	111
	Кофейный напиток с молоком	150	200	81	108
Второй завтрак	Фрукты	100	100	83	83
Итого за завтрак		450	500	366 (25%)	393 (25%)
Обед	Салат из свеклы с растительным маслом	30	50	21	35
	Суп крестьянский с крупой	150	180	67	77
	Жаркое по-домашнему	160	200	208	260
	Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	40	50	46	69
	Кисель из ягод	150	180	109	149
Итого за обед		530	660	451 (35%)	590 (35%)
Полдник	Булочка сдобная	60	80	145	193
	Кисломолочный напиток	150	180	119	143
Итого за полдник		210	260	264 (15%)	336 (15%)
Всего за день		1190	1420	1081 (75%)	1319 (75%)