

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
(3-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	Суп молочный с крупой(рис)	150	150	99	99
	Бутерброд с маслом	50	50	100	100
	Кофейный напиток с молоком	150	200	81	109
Второй завтрак	Компот из свежих плодов	100	100	30	30
Итого за завтрак		450	500	310 (25%)	338 (25%)
Обед	Салат из капусты белокочанной	30	50	22	34
	Рассольник ленинградский	150	180	74	86
	Картофельное пюре	110	130	144	183
	Печень по-строгановски	50	70	184	275
	Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	30	40	46	69
	Хлеб ржаной	20	30	39	57
	Компот из свежих плодов	150	180	45	60
Итого за обед		540	680	554 (35%)	764 (35%)
Полдник	Вареники с картофелем	70	100	130	185
	Чай с сахаром	150	180	49	58
Итого за полдник		220	280	179 (15%)	243 (15%)
Всего за день		1210	1460	1043 (75%)	1345 (75%)