

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
<i>Завтрак</i>	Каша манная молочная жидкая	150	150	83	83
	Бутерброд с молоком сгущенным вареным	50	50	165	165
	Чай с сахаром	150	200	49	58
<i>Второй завтрак</i>	Сок	100	100	83	83
Итого за завтрак		450	500	380 (25%)	389 (25%)
<i>Обед</i>	Салат из капусты белокочанной с кукурузой консервированной	30	50	16	27
	Суп картофельный с крупой	150	180	68	88
	Каша перловая рассыпчатая	110	130	123	177
	Рыба в томате тушеная с овощами	50	70	149	209
	Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	40	50	69	86
	Компот из свежих плодов	150	180	45	54
Итого за обед		530	660	470 (35%)	641 (35%)
<i>Полдник</i>	Колбасные изделия запеченные в тесте	60	100	143	238
	Какао с молоком	150	180	84	112
Итого за полдник		210	280	227 (15%)	350 (15%)
Всего за день		1190	1440	1077 (75%)	1380 (75%)