

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**  
(4-й день десятидневки)

Возрастная категория: 1-3года / 3-7лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 10 часов

(75% от суточной нормы)

трак

Прием пищи	Наименование блюда	Все блюда (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150	150	99	99
	Бутерброд с маслом	50	50	111	111
	Чай с сахаром	150	200	49	52
Второй завтрак	Компот из свежих плодов	100	100	30	30
<b>Итого за завтрак</b>		<b>450</b>	<b>500</b>	<b>289 (25%)</b>	<b>292 (25%)</b>
Обед	Салат из свеклы с изюмом	30	50	16	27
	Рассольник ленинградский	150	180	74	86
	Картофельное пюре	110	130	155	183
	Печень по-строгановски	50	70	153	240
	Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	40	50	69	86
	Компот из сухофруктов	150	180	120	144
<b>Итого за обед</b>		<b>530</b>	<b>660</b>	<b>587 (35%)</b>	<b>766 (35%)</b>
Полдник	Омлет натуральный	80	100	145	189
	Кофейный напиток	150	180	84	97
<b>Итого за полдник</b>		<b>230</b>	<b>280</b>	<b>229 (15%)</b>	<b>286 (15%)</b>
<b>Всего за день</b>		<b>1210</b>	<b>1440</b>	<b>1105 (75%)</b>	<b>1344 (75%)</b>