

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад
«Солнышко» села Шипуново Шипуновского района Алтайского края
(МБДОУ – детский сад «Солнышко» с. Шипуново)



Ежедневное меню основного питания
(5-й день десятидневки)

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

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>	Омлет натуральный	150	150	91	91
	Бутерброд повидлом	50	50	138	138
	Кофейный напиток с молоком	150	200	81	109
<i>Второй завтрак</i>	Фрукты	100	100	83	83
Итого за завтрак		450	500	393 (25%)	421 (25%)
<i>Обед</i>	Овощи свежие порционно	30	50	3	6
	Суп крестьянский с крупой	150	180	67	77
	Жаркое по-домашнему	160	200	165	195
	Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	30	40	46	69
	Хлеб ржаной	20	30	39	57
	Кисель из ягод	150	180	109	149
Итого за обед		540	680	429 (35%)	553 (35%)
<i>Полдник</i>	Булочка сдобная	60	80	145	193
	Кисломолочный напиток	150	180	119	143
Итого за полдник		210	260	264 (15%)	336 (15%)
Всего за день		1200	1440	1086 (75%)	1310 (75%)