

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
(5-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 манная молочная жидкая	150	150	91	91
	Бутерброд с повидлом	50	50	138	138
	Кофейный напиток с молоком	150	200	81	97
Второй завтрак	Компот из сухофруктов	100	100	80	80
Итого за завтрак		450	500	390 (25%)	406 (25%)
	Салат картофельный с зеленым горошком	30	50	42	71
	Свекольник	150	180	109	112
	Голубцы ленивые	160	200	202	332
	Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	40	50	69	86
	Кисель из ягод	150	180	109	149
Итого за обед		530	660	531 (35%)	750 (35%)
Полдник	Пирог с картофелем	60	80	145	189
	Чай с лимоном и сахаром	150	180	43	66
Итого за полдник		210	260	188 (15%)	255 (15%)
Всего за день		1190	1420	1109(75%)	1411 (75%)