

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
(6-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 пшеничная молочная жидкая	150	150	99	99
	Бутерброд с молоком сгущенным вареным	50	50	165	165
	Какао с молоком	150	200	84	112
<i>Второй завтрак</i>	Компот из свежих плодов	100	100	30	30
Итого за завтрак		450	500	378 (25%)	406 (25%)
<i>Обед</i>	Овощи порционно	30	50	8	12
	Уха рыбацкая с крупой	150	180	64	80
	Плов с курицей	160	200	222	277
	Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	40	50	69	86
	Компот из сухофруктов	150	180	120	144
Итого за обед		530	660	483 (35%)	599 (35%)
<i>Полдник</i>	Вареники с картофелем	80	110	145	185
	Чай с сахаром	150	180	49	58
Итого за полдник		230	290	194 (15%)	243 (15%)
Всего за день		1210	1450	1055 (75%)	1248 (75%)