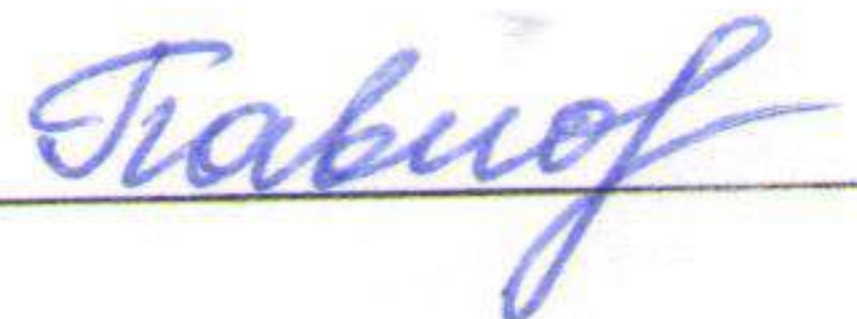


Детский сад «Ласточка» с Нечунаево,  
филиал МБДОУ детского сада «Солнышко» с Шипуново

УТВЕРЖДАЮ:

Зав филиала детского сада села Нечунаево

 Павлова Н.В.

**Ежедневное меню основного питания**

(9-й день десятидневки)

**Возрастная категория 1-3 \3-7 лет**

**Длительность пребывания воспитанников в детском саду : 9 часов**

| Прием<br>пищи | Наименование<br>блюда                      | Возраст  | Вес<br>блюдо<br>а | Пищевые вещества на<br>порцию |      |          | Энергетичес<br>кая ценность |     |
|---------------|--------------------------------------------|----------|-------------------|-------------------------------|------|----------|-----------------------------|-----|
|               |                                            |          |                   | Белки                         | Жиры | Углеводы |                             |     |
| Завтрак       | Суп молочный с<br>макаронными<br>изделиями | 1-3 года | 150               | 3,3                           | 3,3  | 11,9     | 91                          |     |
|               |                                            | 3-7 лет  | 200               | 4,4                           | 4,4  | 10,9     | 121                         |     |
|               | Хлеб из муки<br>пшеничной первого<br>сорта | 1-3 года | 20                | 0,2                           | 0,03 | 2        | 31                          |     |
|               |                                            | 3-7 лет  |                   |                               |      |          |                             |     |
|               | Бутерброд с маслом                         | 1-3 года | 35                | 2,4                           | 4,4  | 14,5     | 109                         |     |
|               |                                            | 3-7 лет  | 50                | 3,2                           | 5,9  | 19,3     | 145                         |     |
|               | Чай с сахаром                              | 1-3 года | 150               | 0,1                           | 0,02 | 4,6      | 18                          |     |
|               |                                            | 3-7 лет  | 200               | 0,1                           | 0,02 | 4,6      | 18                          |     |
|               | Итого за завтрак                           |          | 1-3 года          | 355                           | 6    | 7,75     | 33                          | 249 |
|               |                                            |          | 3-7 лет           | 450                           | 7,7  | 10,32    | 34,8                        | 284 |
| Обед          | Салат картофельный<br>с зеленым горошком   | 1-3 года | 60                | 1,3                           | 4    | 3,7      | 56                          |     |
|               |                                            | 3-7 лет  | 60                | 1,9                           | 6    | 15,6     | 85                          |     |
|               | Свекольник                                 | 1-3 года | 150               | 1,4                           | 7,4  | 9,1      | 109                         |     |
|               |                                            | 3-7 лет  | 200               | 2,3                           | 5,6  | 17,8     | 125                         |     |
|               | Голубцы ленивые                            | 1-3 года | 150               | 25,3                          | 21,1 | 6,8      | 189                         |     |
|               |                                            | 3-7 лет  | 150               | 25,3                          | 21,1 | 6,8      | 189                         |     |
|               | Хлеб из муки<br>пшеничной первого<br>сорта | 1-3 года | 30                | 0,3                           | 0,04 | 2,3      | 46                          |     |
|               |                                            | 3-7 лет  | 30                | 0,3                           | 0,04 | 2,3      | 46                          |     |

|                  |                            |          |      |       |       |       |      |
|------------------|----------------------------|----------|------|-------|-------|-------|------|
|                  | Хлеб ржано-пшеничный       | 1-3 года | 20   | 0,2   | 0,03  | 1,1   | 39   |
|                  |                            | 3-7 лет  | 20   | 0,2   | 0,03  | 1,1   | 39   |
|                  | Кисель                     | 1-3 года | 150  | 0,1   | 0,1   | 24,6  | 109  |
|                  |                            | 3-7 лет  | 200  | 0,13  | 0,13  | 36,8  | 165  |
| Итого за обед    |                            | 1-3 года | 560  | 28,6  | 32,67 | 47,6  | 548  |
|                  |                            | 3-7 лет  | 660  | 30,13 | 32,9  | 80,4  | 649  |
| Полдник          | Пирог с картофелем         | 1-3 года | 60   | 7,3   | 6,3   | 53,7  | 167  |
|                  |                            | 3-7 лет  | 80   | 8,6   | 8     | 45,9  | 208  |
|                  | Кофейный напиток с молоком | 1-3 года | 150  | 2,3   | 2,4   | 13,4  | 81   |
|                  |                            | 3-7 лет  | 200  | 2,3   | 2,4   | 13,4  | 81   |
| Итого за полдник |                            | 1-3 года | 210  | 9,6   | 8,7   | 67,1  | 248  |
|                  |                            | 3-7 лет  | 280  | 10,9  | 10,4  | 59,3  | 289  |
| Итого за день    |                            | 1-3 года | 1125 | 44,2  | 49,12 | 147,7 | 1045 |
|                  |                            | 3-7 лет  | 1390 | 48,73 | 53,62 | 174,5 | 1222 |