

Утверждаю

Заведующий
МДОУ «Детский сад «Звёздочка»

Брындина Т.Г.

18 сентября 2023 год

Утверждаю

Заведующий
МДОУ «Детский сад «Звёздочка»

Брындина Т.Г.

18 сентября 2023 год

Ежедневное меню основного питания для детей

возраста

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша геркулесовая кефир чай сок порезанно	200,5 25 180 18	144 42,5 54,6 59,22
Итого за завтрак			
Второй завтрак	Сок	175	78,75
Итого за второй завтрак			
Обед	Суп картофельный с зелёными горошком и мясом. Рис. Пюре картофельное сладкое. Чай. Пот. из сухарей	200 14 130 70 50 100	96 48,02 18,9 196 100
Итого за обед		140	40,5
Полдник	Кисель свежее пюре из фруктов	180 30	54,6 78
Итого за полдник			
Ужин	Пюре овощное свежее пюре из фруктов кефир. Компот из фруктов	200 30 180	192 78 142,2
Итого за ужин			

Ежедневное меню основного питания для детей

возраста

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша геркулесовая кефир чай сок порезанно	150,4 20 160 14	108 90 51,2 55,93
Итого за завтрак			
	Сок	155	69,75
Итого за второй завтрак			
Обед	Суп картофельный с зелёными горошком и мясом. Рис. Пюре картофельное сладкое. Чай. Пот. из сухарей	180 13 110 50 40 150	86,4 44,59 114,3 18,9 80
Итого за обед		170	54,4
Полдник	Кисель свежее пюре из фруктов	170 30	54,4 78
Итого за полдник			
Ужин	Пюре овощное свежее пюре из фруктов кефир. Компот из фруктов	150 30 160	144 78 126,4
Итого за ужин			