

Утверждаю
Заведующий
МДОУ «Детский сад «Звёздочка»
Д.Г. Брындина Т.Г.
27 января 2023 год
3-7

Утверждаю
Заведующий
МДОУ «Детский сад «Звёздочка»
Д.Г. Брындина Т.Г.
27 января 2023 год
1-3

Ежедневное меню основного питания для детей 3-7 возраста				Ежедневное меню основного питания для детей 1-3 возраста			
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Запеканка творожная Творог, сахар кислоты, масло сливочное Сахар	125 15 30 8 180	300 36,6 7,8 52,88 142,2	Завтрак	Запеканка творожная чай, повидло сливочное Масло сливочное Сахар	115 14 30 6 160	276 34,16 7,8 39,66 126,4
Итого за завтрак				Итого за завтрак			
Второй завтрак	Мандаринов Сок	150 187	79,5 84,15		Мандаринов	120	63,6
Итого за второй завтрак				Итого за второй завтрак			
Обед	Свекольник по-дому шпинат с мясом Томатный суп рисовый Пюре из шпината	200 200 50 140 200	74 48,02 47,4 100 110,5		Свекольник по-дому шпинат с мясом Томатный суп рисовый Пюре из шпината	180 180 40 150 200	267 48,6 50 97,5 41,16
Итого за обед				Итого за обед			
Полдник	Молоко Творожки	180 35	102,6 127,05		Молоко Творожки	140 30	96,9 108,9
Итого за полдник				Итого за полдник			
Ужин	Рыба в сметане пюреобразная, сливочное масло чай	180 30 180	216,8 7,8 57,6		Рыба в сметане запеканка сливочное чай	150 30 160	189 7,8 57,2
Итого за ужин				Итого за ужин			