

Муниципальное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 5

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОУ № 5

И.В.Смирнова



Ежедневное меню основного питания

Дата: d.d. dd.dd

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Энергетическая ценность |
|-------------------------|--------------------|-----------|-------------------------|
| Завтрак | Сыр пор-но | 10 | 34 |
| | Каша манная | 200/150 | 140/105 |
| | Чай с молоком | 180/150 | 91,5/76,25 |
| | Хлеб рженица | 40/30 | 44,8/72,6 |
| Итого за завтрак | | 430/340 | 340,3/287,85 |
| Второй завтрак | Блишечки ов. | 30 | 4 |
| Итого за второй завтрак | | 30 | 4 |
| Обед | Суп бор. с курицей | 200/150 | 160/120 |
| | Рис отв. | 130/110 | 140,4/118,8 |
| | Медт. рыбная | 80/60 | 62,85/47,14 |
| | Компот фрукт. | 180/150 | 114/97,5 |
| | Хлеб француз. | 50/40 | 103/82 |
| Итого за обед | | 640/570 | 583,25/465,44 |
| Полдник | Булочка дрож. | 80/70 | 239,2/209,3 |
| | Сметан. | 180/150 | 103/85,8 |
| Итого за полдник | | 260/220 | 342,2/295,1 |
| Итого за день | | 1360/1100 | 1269,75/1052,39 |