

Муниципальное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад № 5



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МДОУ № 5  
И.В.Смирнова

Ежедневное меню основного питания

Дата: 14.11.22

| Прием пищи              | Наименование блюда  | Вес блюда | Энергетическая ценность |
|-------------------------|---------------------|-----------|-------------------------|
| Завтрак                 | Макароня отв.       | 200/150   | 158,4 / 132             |
|                         | М. смев. пор-ное    | 10/7      | 76 / 53,2               |
|                         | Чай с сахаром       | 180/150   | 58 / 48,3               |
|                         | Фруктики            | 50/50     | 92 / 92                 |
| Итого за завтрак        |                     | 440/337   | 384,4 / 306,1           |
| Второй завтрак          | Блюдо               | 100       | 47                      |
| Итого за второй завтрак |                     | 100       | 47                      |
| Обед                    | Суп овощ. мясной    | 200/150   | 145 / 108,75            |
|                         | Греча отварная      | 130/110   | 211 / 178,5             |
|                         | Кукуруза из консерв | 80/60     | 281,60 / 211,2          |
|                         | Компот с/фр         | 180/150   | 117 / 97,5              |
|                         | Хлеб пшенич         | 50/40     | 86,25 / 82              |
| Итого за обед           |                     | 640/570   | 840,85 / 677,95         |
| Полдник                 | Блины фруктовые     | 150/130   | 237 / 205,4             |
|                         | на молоке           |           |                         |
|                         | Кисель              | 180/150   | 52,2 / 48               |
| Итого за полдник        |                     | 330/280   | 289,9 / 253,4           |
| Итого за день           |                     | 1570/1227 | 1562,15 / 1284,45       |