



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОУ № 5

И.В. Смирнова

25.10.2022 г.

Ежедневное меню основного питания

Дата: 25.10.2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ран.воз./дошк.возр.	Энергетическая ценность ран.воз./дошк.возр
<i>Завтрак</i>	Каша пшеничная	150/180	108/144
	Какао с молоком	150/180	118,3/142
	Хлеб пшеничный	30/40	72,6/74,8
	Масло сливочное порционное	7/10	52,36/76
Итого за завтрак		337/410	351,26/436,8
<i>Второй завтрак</i>	Яблоко	100	47
Итого за второй завтрак		100	47
<i>Обед</i>	Суп рыбный картофельный	150/200	67,5/90
	Макароны отварные	110/130	135,3/159,9
	Тефтеля мясная	60/80	183/244
	Икра свекольная	130/150	127,4/147
	Компот из сухофруктов	150/180	97,5/117
	Хлеб ржаной	40/50	82/103
Итого за обед		490/610	595,2/743,9
<i>Полдник</i>	Омлет натуральный	130/150	201,5/232,5
	Чай с сахаром	150/180	48,3/58
	Хлеб пшеничный	30/40	72,6/74,8
	Вафли	20	92
Итого за полдник		330/390	414,4/457,3
Итого за день		1257/1510	1407,86/1685