

Муниципальное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 5



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОУ № 5

И.В. Смирнова

Ежедневное меню основного питания

Дата: 16.01.2022.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	М. сев. пор-ное	10/7	46 / 53,2
	Макароны отвар. с	200/150	158,4 / 132
	Чай с сахаром	180/150	58 / 48,3
	Фрукты	20	92
Итого за завтрак		410/327	384,4 / 325,5
Второй завтрак			
Итого за второй завтрак			
Обед	Суп мясной овощ	200/150	145 / 108,75
	Чечевица отвар.	130/110	211 / 178,5
	Техень по-строгановски	20/60	281,6 / 211,20
	Компот фрукт. с	180/150	117 / 97,5
	Хлеб пшенич	50/40	86,25 / 82
	Итого за обед	640/520	857,6 / 677,95
Полдник	Блины ржовые на молоке	150/130	237 / 205,4
	Кисель	180/150	52,2 / 48
	Итого за полдник	330/280	289,2 / 253,4
Итого за день		1380/1117	1531,2 / 1256,85