

Муниципальное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 5

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОУ № 5
И.В.Смирнова

Ежедневное меню основного питания

Дата: 12.03.24

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	М. слив. пор. ное	10	76
	каша геркулес.	200	144
	кофе с молоком	180	58
	Чай зеленый.	40	74,8
Итого за завтрак		430	352,8
Второй завтрак	Фрукта	100	47
Итого за второй завтрак		100	47
Обед	Рисовый суп с овощами	200	120
	Картофель при. с соусом	150	105
	Кефир с фруктами	180	117
	Чай фруктовый	50	103
Итого за обед		580	445
Полдник	Вареники с повидлом	80	234,4
	Чай с сахаром	180	58
		260	292,4
Итого за полдник			
Итого за день		1370	1137,2