


Утверждаю:
 Заведующий
 Детский сад «Солнышко» с. Борское
 О.П. Смагина
 «03» _____ 11 _____ 2022г.

Меню

дневного рациона

на 03.11.2022 г.

<i>День 9</i>	Наименование блюда	Масса порции (1,5-3лет / 3-7лет)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	<i>Каша перловая молочная жидкая</i>	140/150	157,38/178,25
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/30	47,0/70,5
	<i>Бутерброд с маслом, сыром</i>	40/60	120,98/211,10
	<i>Какао на молоке</i>	150/180	177,36/212,83
	<i>Яблоко</i>	30/30	17,6/17,6
Итого за завтрак			
2-ой завтрак	<i>Кефир</i>	50/50	18,67 / 18,67
Обед	<i>Суп картофельный с курицей, гренками, со сметаной</i>	130/8/180/10	164,13/183,83/
	<i>Плов из отварной курицы</i>	150/200	225,75/367,0
	<i>Лимонный напиток</i>	150/180	0,45/0,54
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/20	47,0/47,0
	<i>Хлеб ржаной</i>	40/50	69,6/87,0
Итого за обед			
Уплот.полдник	<i>Овощное рагу</i>	140/160	130,91/149/61
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/30	47,0/70,5
	<i>Ватрушка с повидлом</i>	50/60	223,42/268,1
	<i>Чай с сахаром</i>	160/180	33,68/50,4
Итого за полдник			435,01/538,61
Итого за день			1480,94/1932,93