


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

Меню

дневного рациона

на 14.11.2022 г.

День 6	Наименование блюда	Масса порции (1,5-3лет / 3-7лет)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	160 / 170	205,12 / 217,94
	Хлеб пшеничный	30 / 40	70,5 / 94,0
	Кофейный напиток на молоке	170 / 200	200,43 / 212,22
	Апельсин	30 / 30	64,0 / 64,0
Итого за завтрак			540,05 / 588,16
2-ой завтрак	Кефир	50 / 50	18,67 / 18,67
Обед	Суп крестьянский с мясом, со сметаной	130 / 180	157,63 / 218,25
	Рыбные биточки	50 / 70	91,25 / 117,15
	Картофельное пюре	100 / 130	122,75 / 159,58
	Хлеб пшеничный	30 / 40	70,5 / 94,0
	Хлеб ржаной	40 / 50	69,6 / 87,0
	Компот из сухофруктов	150 / 180	84,75 / 101,7
Итого за обед			596,47 / 797,68
Уплот.полдник	Макароны, запеченные с яйцом	170 / 200	205,0 / 292,86
	Чай с сахаром	180 / 200	50,4 / 56,0
Итого за полдник			255,4 / 348,86
Итого за день			1410,59 / 1753,37