


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

Меню

дневного рациона

на 23.11.2022 г.

<i>День 3</i>	Наименование блюда	Масса порции (1,5-3лет / 3-7лет)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	<i>Каша рисовая молочная жидкая</i>	<i>160/200</i>	<i>249,05/311,31</i>
	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>30/40</i>	<i>70,5/94,0</i>
	<i>Какао на молоке</i>	<i>180/200</i>	<i>212,83/236,47</i>
	<i>Яблоко</i>	<i>30/30</i>	<i>15,6/15,6</i>
Итого за завтрак			547,98/657,38
2-ой завтрак	<i>Кефир</i>	<i>50/50</i>	25,0/25,0
Обед	<i>Суп гороховый с курицей</i>	<i>130/180</i>	<i>160,11/221,69</i>
	<i>Картофель тушеный с курицей</i>	<i>150/200</i>	<i>236,05/327,24</i>
	<i>Лимонный напиток</i>	<i>150/180</i>	<i>0,45/0,54</i>
	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>30/40</i>	<i>70,5/94,0</i>
	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40/50</i>	<i>69,6/87,0</i>
Итого за обед			536,71/730,47
Уплот.полдник	<i>Лапшевник с творогом</i>	<i>160/200</i>	<i>380,15/475,19</i>
	<i>Чай с сахаром</i>	<i>200/200</i>	<i>56,4/56,4</i>
Итого за полдник			436,55/531,59
Итого за день			1546,24/1944,44