


Утверждаю:  
 Заведующий  
 Детский сад «Солнышко» с. Борское  
 О.П. Смагина  
 «07» \_\_\_\_\_ 12 \_\_\_\_\_ 2022г.

# Меню

## дневного рациона

### на 07.12.2022 г.

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