


Утверждаю:
Заведующий
Детский сад «Солнышко» с. Борское
 О.П. Смагина
«14» _____ 12 _____ 2022г.

Меню

дневного рациона

на 14.12.2022 г.

День 8	Наименование блюда	Масса порции (1,5-3лет / 3-7лет)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша ячневая молочная жидкая	150/170	157,38/197,33
	Хлеб пшеничный	30/40	70,5/94,0
	Кофейный напиток на молоке	170/200	200,43/212,22
	Апельсин	30/30	13,8/13,8
Итого за завтрак			442,11/517,35
2-ой завтрак	Снежок	50/50	18,67/18,67
Обед	Щи с курицей, со сметаной	130/150	122,51/205,78
	Жаркое по- домашнему с курицей	150/200	198,96/277,66
	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			546,32/679,14
Уплот.полдник	Запеканка из творога с маслом, сахаром.	180/200	444,26/493,62
	Чай с сахаром	150/200	33,3/44,45
Итого за полдник			477,56/538,07
Итого за день			1484,66/1753,23