


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

Меню

дневного рациона

на 21.12.2022 г.

День 3	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
Итого за завтрак			547,98/657,38
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
Итого за обед			536,71/730,47
Уплот.полдник	<i>Лапшевник с творогом</i>	160/200	380,15/475,19
	<i>Чай с сахаром</i>	200/200	56,4/56,4
Итого за полдник			436,55/531,59
Итого за день			1546,24/1944,44