


Утверждаю:
 Заведующий
 Детский сад «Солнышко» с. Борское
 О.П. Смагина
 «11» _____ 01 _____ 2023г.

Меню

дневного рациона

на 11.01.2023 г.

День 8	Наименование блюда	Масса порции (1,5-3лет / 3-7лет)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	<i>Каша ячневая молочная жидкая</i>	150/170	157,38/197,33
	<i>Хлеб пшеничный</i>	30/40	70,5/94,0
	<i>Кофейный напиток на молоке</i>	170/200	200,43/212,22
	<i>Апельсин</i>	30/30	13,8/13,8
Итого за завтрак			442,11/517,35
2-ой завтрак	<i>Снежок</i>	50/50	18,67/18,67
Обед	<i>Щи с курицей, со сметаной</i>	130/150	122,51/205,78
	<i>Жаркое по- домашнему с курицей</i>	150/200	198,96/277,66
	<i>Хлеб пшеничный</i>	30/40	70,5/94,0
	<i>Хлеб ржаной</i>	40/50	69,6/87,0
	<i>Компот из сухофруктов</i>	150/180	84,75/101,7
Итого за обед			546,32/679,14
Уплот.полдник	<i>Запеканка из творога с маслом, сахаром.</i>	180/200	444,26/493,62
	<i>Чай с сахаром</i>	150/200	33,3/44,45
Итого за полдник			477,56/538,07
Итого за день			1484,66/1753,23