


Утверждаю:  
 Заведующий  
 Детский сад «Солнышко» с. Борское  
 О.П. Смагина  
 «18» \_\_\_\_\_ 01 \_\_\_\_\_ 2023г.

# Меню

## дневного рациона

### на 18.01.2023 г.

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