


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

Меню

дневного рациона

на 19.01.2023 г.

День 4	Наименование блюда	Масса порции (1,5-3лет / 3-7лет)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	<i>Суп молочный с пшеном</i>	140/140	152,5/152,5
	<i>Хлеб пшеничный</i>	300/40	47,0/94,0
	<i>Бутерброд с маслом, сыром</i>	40/60	120,98/211,10
	<i>Кофейный напиток на молоке</i>	180/200	91,0/101,11
	<i>Апельсин</i>	30/30	12,9/12,9
Итого за завтрак			425,28/549,01
2-ой завтрак	<i>Снежок</i>	50/50	18,67/18,67
Обед	<i>Суп вермишелевый с курицей, со сметаной</i>	130/180	192,88/211,68
	<i>Котлеты из курицы</i>	50/70	107,12/117,97
	<i>Гороховое пюре</i>	100/130	144,06/191,28
	<i>Компот из сухофруктов</i>	150/180	84,75/101,7
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/20	47,0/40,7
	<i>Хлеб ржаной</i>	40/50	69,6/87,0
Итого за обед			648,11/750,33
Уплот.полдник	<i>Овощи тушеные</i>	120/140	122,21/130,91
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/30	47,0/70,5
	<i>Рогалик</i>	50/60	154,17/217,56
	<i>Чай с сахаром</i>	200/200	56,4/56,4
Итого за полдник			379,48/475,07
Итого за день			1484,87/1806,41