


Утверждаю:  
 Заведующий  
 Детский сад «Солнышко» с. Борское  
 О.П. Смагина  
 «03» \_\_\_\_\_ 04 \_\_\_\_\_ 2023г.

# Меню

## дневного рациона

### на 03.04.2023 г.

| День 6                  | Наименование блюда                             | Масса порции<br>(1,5-3лет / 3-7лет) | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|--|-------------------------------------|-----------------------------------|
| Завтрак                 | <i>Каша манная молочная жидкая</i>             | 150 / 160                           | 205,12 / 216,05                   |
|                         | <i>Хлеб пшеничный</i>                          | 30 / 40                             | 70,5 / 94,0                       |
|                         | <i>Кофейный напиток на молоке</i>              | 170 / 200                           | 200,43 / 212,22                   |
|                         | <i>Яблоко</i>                                  | 30/30                               | 13,2/17,6                         |
|                         |  |                                     |                                   |
| <b>Итого за завтрак</b> |  |                                     | <b>489,25/ 539,87</b>             |
| 2-ой завтрак            | <i>Кефир</i>                                   | 50 / 50                             | 25,5/25,5                         |
| Обед                    | <i>Суп крестьянский с курицей, со сметаной</i> | 130 / 180                           | 12674/ 211,42                     |
|                         | <i>Рыбные биточки</i>                          | 50 / 70                             | 91,25 / 127,15                    |
|                         | <i>Картофельное пюре</i>                       | 100 / 130                           | 169,15 / 179,58                   |
|                         | <i>Хлеб пшеничный</i>                          | 30 / 40                             | 70,5 / 94,0                       |
|                         | <i>Хлеб ржаной</i>                             | 40 / 50                             | 80,16/ 87,0                       |
|                         | <i>Компот из сухофруктов</i>                   | 150 / 180                           | 84,75 / 101,7                     |
|                         |  |                                     |                                   |
| <b>Итого за обед</b>    |  |                                     | <b>622,55 / 800,85</b>            |
| Уплот.полдник           | <i>Макароны, запеченные с яйцом</i>            | 140 / 180                           | 212,8 / 36392                     |
|                         | <i>Чай с сахаром</i>                           | 180 / 200                           | 50,4 / 50,4                       |
| <b>Итого за полдник</b> |  |                                     | <b>263,2 / 414,32</b>             |
| <b>Итого за 6 день</b>  |  |                                     | <b>1400,0 / 1780,54</b>           |