


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

# Меню

## дневного рациона

### на **07.03.2023** г.

<i>День 7</i>	Наименование блюда	Масса порции (1,5-3лет / 3-7лет)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	<i>Омлет натуральный</i>	110/120	231,9/231,9
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/30	47,0/70,5
	<i>Бутерброд с маслом</i>	40/60	154,98/221,0
	<i>Чай с сахаром</i>	180/200	40,0/50,4
<b><i>Итого за завтрак</i></b>			<b>473,88/573,8</b>
2-ой завтрак	<i>Ряженка</i>	50/50	27,0/27,0
Обед	<i>Суп – уха из свежей рыбы</i>	130/180	117,0/160,23
	<i>Капуста тушеная с курицей</i>	150/200	128,67/194,99
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/20	47,0/47,0
	<i>Хлеб ржаной</i>	40/50	80,16/87,0
	<i>Компот из свежих яблок</i>	150/180	81,58/97,9
<b><i>Итого за обед</i></b>			<b>454,41/587,12</b>
Уплот.полдник	<i>Каша «Дружба» молочная жидкая</i>	150/170	184,88/229,57
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/30	47,0/70,5
	<i>Какао на молоке</i>	180/200	212,83/236,48
<b><i>Итого за полдник</i></b>			<b>444,71/536,55</b>
<b><i>Итого за 7 день</i></b>			<b>1400,00/1724,47</b>