


Утверждаю:
 Заведующий
 Детский сад «Солнышко» с. Борское
 О.П. Смагина
 «14» _____ 03 _____ 2023г.

Меню

дневного рациона

на 14.03.2023 г.

День 2	Наименование блюда	Масса порции (1,5-3лет / 3-7лет)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Омлет натуральный	110/120	231,9/231,9
	Хлеб пшеничный	20/30	47,0/70,5
	Бутерброд с маслом	40/60	154,98/221,0
	Чай с сахаром	180/200	45,36/50,4
Итого за завтрак			479,24/573,8
2-ой завтрак	Ряженка	50/50	27,0/27,0
Обед	Суп картофельный с рыбой	130/180	108,54/149,12
	Гуляш из курицы	50/70	97,1/185,43
	Отварные макаронные изделия	100/130	130,92/215,44
	Компот из свежих яблок	150/180	81,58/107,9
	Хлеб пшеничный	20/20	47,0/47,0
	Хлеб ржаной	40/50	80,16/87,0
Итого за обед			545,3/791,89
Уплот.полдник	Каша геркулесова молочная жидкая	140/160	166,92/194,59
	Хлеб пшеничный	20/30	47,0/70,5
	Кофейный напиток на молоке	180/200	134,54/212,22
Итого за полдник			348,46/477,31
Итого за 2 день			1400,0/1870,0