


Утверждаю:  
 Заведующий  
 Детский сад «Солнышко» с. Борское  
 О.П. Смагина  
 «22» 03 2023г.

# Меню

## дневного рациона

### на 22.03.2023 г.

<i>День 8</i>	Наименование блюда	Масса порции (1,5-3лет / 3-7лет)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	<i>Каша ячневая молочная жидкая</i>	150/170	215,38/183,36
	<i>Хлеб пшеничный</i>	30/40	70,5/94,0
	<i>Кофейный напиток на молоке</i>	170/200	200,43/212,22
<b>Итого за завтрак</b>			<b>486,31/489,58</b>
2-ой завтрак	<i>Яблоко</i>	30/30	17,6/17,6
Обед	<i>Щи с курицей, со сметаной</i>	130/180	154,38/245,78
	<i>Жаркое по- домашнему с курицей</i>	150/200	182,0/312,66
	<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>572,19/841,14</b>
Уплот.полдник	<i>Запеканка из творога с маслом, сахаром.</i>	140/180	283,9/401,28
	<i>Чай с сахаром</i>	180/200	40,0/50,4
<b>Итого за полдник</b>			<b>477,56/451,68</b>
<b>Итого за 8день</b>			<b>1400,0/1800,0</b>