


Утверждаю:
Заведующий
Детский сад «Солнышко» с. Борское


О.П. Смагина
« 21 » _____ 07 _____ 2023г.

Меню

дневного рациона

на 21.07.2023 г.

День 5	Наименование блюда	Масса порции (1,5-3лет / 3-7лет)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	<i>Каша гречневая молочная жидкая</i>	140/170	131,79/214,8
	<i>Хлеб пшеничный</i>	30/40	70,5/94,0
	<i>Какао на молоке</i>	180/200	212,83/236,47
Итого за завтрак			415,12/545,28
2-ой завтрак	<i>Яблоко</i>	30/30	13,32/13,32
Обед	<i>Суп с клёцками, курицей, со сметаной</i>	110/144	129,89/135,98
	<i>Клёцки</i>	20/36	67,71/94,44
	<i>Ленивые голубцы с курицей</i>	150/200	184,66/274,4
	<i>Компот из свежих яблок</i>	150/180	81,58/97,90
	<i>Хлеб пшеничный</i>	30/40	70,5/94,0
	<i>Хлеб ржаной</i>	40/50	80,16/87,0
Итого за обед			614,5/783,72
Уплот.полдник	<i>Запеканка из творога с маслом, сахаром</i>	140/180	273,0/401,28
	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	180/200	50,4/56,4
Итого за полдник			323,4/457,68
Итого за день			1366,37/1800,0

