


Утверждаю:
Заведующий
Детский сад «Солнышко» с. Борское
 О.П. Смагина
« 20 » 06 2023г.

Меню

дневного рациона

на 20.06.2023 г.

<i>День 2</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	45,36/50,4
Итого за завтрак			479,24/573,8
2-ой завтрак	<i>Ряженка</i>	50/50	27,0/27,0
Обед	<i>Суп картофельный с рыбой</i>	130/180	108,54/149,12
	<i>Гуляши из курицы</i>	50/70	97,1/185,43
	<i>Отварные макаронные изделия</i>	100/130	130,92/215,44
	<i>Компот из свежих яблок</i>	150/180	81,58/107,9
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/20	47,0/47,0
	<i>Хлеб ржаной</i>	40/50	80,16/87,0
Итого за обед			545,3/791,89
Уплот.полдник	<i>Каша геркулесова молочная жидкая</i>	140/160	166,92/194,59
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/30	47,0/70,5
	<i>Кофейный напиток на молоке</i>	180/200	134,54/212,22
Итого за полдник			348,46/477,31
Итого за 2 день			1400,0/1870,0