


Утверждаю:
 Заведующий
 Детский сад «Солнышко» с. Борское
 О.П. Смагина
 « 31 » 07 2023г.

Меню

дневного рациона

на 31.07.2023 г.

<i>День 1</i>	Наименование блюда	Масса порции (1,5-3лет / 3-7лет)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	<i>Каша пшеничная молочная жидкая</i>	160/170	204,65/236,2
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/30	47,0/70,5
	<i>Какао на молоке</i>	180/200	135,86/212,83
	<i>Яблоко</i>	30/30	13,32/13,32
<i>Итого за завтрак</i>			400,83/532,85
2-ой завтрак	<i>Снежок</i>	50/50	39,5/39,5
Обед	<i>Щи с курицей, со сметаной</i>	130/180	198,73/245,78
	<i>Суфле рыбное</i>	100/130	154,95/220,69
	<i>Тушёная свёкла</i>	50/70	109,98/129,98
	<i>Компот из сухофруктов</i>	150/180	84,75/101,7
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/20	47,0/47,0
	<i>Хлеб ржаной</i>	40/50	80,16/87,0
	<i>Итого за обед</i>		
Уплот.полдник	<i>Картофель, тушеный в молоке</i>	120/140	190,85/274,60
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/30	47,0/70,5
	<i>Чай с сахаром</i>	160/180	40,0/50,4
<i>Итого за полдник</i>			277,75/395,5
<i>Итого за 1 день</i>			1393,75/1800,0

