


Утверждаю:  
 Заведующий  
 Детский сад «Солнышко» с. Борское  
  
 О.П. Смагина  
 « 19 » \_\_\_\_\_ 10 \_\_\_\_\_ 2023г.

# Меню

## дневного рациона

### на 19.10.2023 г.

<i>День 9</i>	Наименование блюда	Масса порции (1,5-3лет / 3-7лет)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	<i>Каша перловая молочная жидкая</i>	140/150	193,37/208,49
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/30	47,0/70,5
	<i>Бутерброд с маслом.</i>	40/60	154,98/181,33
	<i>Какао на молоке</i>	150/180	70,88/152,84
<b><i>Итого за завтрак</i></b>			
2-ой завтрак	<i>Снежок</i>	50/50	<b>39,5/39,5</b>
Обед	<i>Суп картофельный с курицей, гречками, со сметаной</i>	130/8/170/10	161,05/239,04
	<i>Плов из отварной курицы</i>	150/200	258,51/360,05
	<i>Лимонный напиток</i>	150/180	0,45/0,54
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/20	47,0/47,0
	<i>Хлеб ржаной</i>	40/50	80,16/87,0
<b><i>Итого за обед</i></b>			<b>547,17/733,63</b>
Уплот.полдник	<i>Ватрушка с повидлом</i>	70/80	243,42/293,31
	<i>Повидло</i>	20/20	70,0/70,0
	<i>Чай с сахаром</i>	180/180	33,68/50,4
<b><i>Итого за полдник</i></b>			<b>347,1/413,71</b>
<b><i>Итого за 9день</i></b>			<b>1400,0/1800,0</b>

