


Утверждаю:  
 Заведующий  
 Детский сад «Солнышко» с. Борское  
  
 О.П. Смагина  
 « 20 » 10 2023г.

# Меню

## дневного рациона

### на 20.10.2023 г.

<i>День 10</i>	Наименование блюда	Масса порции (1,5-3лет / 3-7лет)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	150/160	164,98/223,57
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/40	47,0/94,0
	<i>Кофейный напиток на молоке</i>	180/200	199,98/235,8
<b>Итого за завтрак</b>			<b>411,96/553,37</b>
2-ой завтрак	<i>Яблоко</i>	30/30	13,2/13,2
Обед	<i>Борщ с курицей, со сметаной</i>	122/8/170/10	141,75/192,68
	<i>Биточки из кур</i>	50/70	99,86/131,65
	<i>Каша гречневая</i>	100/130	148,15/179,42
	<i>Овощной соус</i>	20/30	72,15/99,88
	<i>Компот из сухофруктов</i>	150/180	55,83/101,7
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/40	47,0/94,0
	<i>Хлеб ржаной</i>	40/50	80,16/87,0
<b>Итого за обед</b>			<b>644,9/866,33</b>
Уплот.полдник	<i>Сырники из творога с повидлом</i>	70/80	210,14/240,16
	<i>Повидло</i>	30/30	75,0/75,0
	<i>Чай с лимоном</i>	160/180	44,8/50,4
<b>Итого за полдник</b>			<b>329,94/356,65</b>
<b>Итого за 10день</b>			<b>1400,0/1809,55</b>

