


Утверждаю:  
Заведующий  
Детский сад «Солнышко» с. Борское  
 О.П. Смагина  
« 08 » \_\_\_\_\_ 12 \_\_\_\_\_ 2023г.

# Меню

## дневного рациона

### на 08.12.2023 г.

| <i>День 5</i>           | Наименование блюда                                | Масса порции<br>(1,5-3лет / 3-7лет) | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|---|-------------------------------------|-----------------------------------|
| Завтрак                 | <i>Каша гречневая молочная<br/>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                     |
| <b>Итого за завтрак</b> |   |                                     | <b>415,12/545,28</b>              |
| 2-ой завтрак            | <i>Яблоко</i>                                     | 30/30                               | 13,32/13,32                       |
| Обед                    | <i>Суп с клёцками, курицей, со<br/>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                        |
| <b>Итого за обед</b>    |   |                                     | <b>614,5/783,72</b>               |
| Уплот.полдник           | <i>Запеканка из творога с маслом,<br/>сахаром</i> | 140/180                             | 273,0/401,28                      |
|                         | <i>Чай с сахаром, лимоном</i>                     | 180/200                             | 50,4/56,4                         |
| <b>Итого за полдник</b> |   |                                     | <b>323,4/457,68</b>               |
| <b>Итого за день</b>    |   |                                     | <b>1366,37/1800,0</b>             |