


Утверждаю:
 Заведующий
 Детский сад «Солнышко» с. Борское

 О.П. Смагина
 « 21 » 12 2023г.

Меню

дневного рациона

на 21.12.2023 г.

День 4	Наименование блюда	Масса порции (1,5-3лет / 3-7лет)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	<i>Суп молочный с пшеном</i>	140/150	152,5/169,36
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/30	47,0/70,5
	<i>Бутерброд с маслом.</i>	40/60	154,98/231,0
	<i>Кофейный напиток на молоке</i>	160/180	81,0/91,0
Итого за завтрак			435,48/561,86
2-ой завтрак	<i>Яблоко</i>	30/30	13,32/13,32
Обед	<i>Суп вермишелевый с курицей, со сметаной</i>	130/180	158,07/160,04
	<i>Котлеты из курицы</i>	50/70	89,12/170,48
	<i>Гороховое пюре</i>	100/130	101,06/200,39
	<i>Компот из сухофруктов</i>	150/180	84,75/101,7
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/20	58,75,0/47,0
	<i>Хлеб ржаной</i>	40/50	80,16/87,0
Итого за обед			571,91/766,61
Уплот.полдник	<i>Овощи тушеные</i>	120/140	122,21/135,19
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20/30	47,0/70,5
	<i>Рогалик</i>	50/60	174,17/217,56
	<i>Чай с сахаром</i>	160/200	35,91/50,4
Итого за полдник			379,29/473,65
Итого за 4день			1400,0/1815,44