


Утверждаю:  
Заведующий  
Детский сад «Солнышко» с. Борское  
 О.П. Смагина  
« 09 » \_\_\_\_\_ 01 2024г.

# Меню

## дневного рациона

### на 09.01.2024 г.

| День 2                  | Наименование блюда                      | Масса порции<br>(1,5-3лет / 3-7лет) | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|---|-------------------------------------|-----------------------------------|
| Завтрак                 | <i>Омлет натуральный</i>                | 110/120                             | 231,9/231,9                       |
|                         | <i>Хлеб пшеничный</i>                   | 20/30                               | 47,0/70,5                         |
|                         | <i>Бутерброд с маслом</i>               | 40/60                               | 154,98/221,0                      |
|                         | <i>Чай с сахаром</i>                    | 180/200                             | 45,36/50,4                        |
| <b>Итого за завтрак</b> |   |                                     | <b>479,24/573,8</b>               |
| 2-ой завтрак            | <i>Сок яблочный</i>                     | 200/200                             | <b>27,0/27,0</b>                  |
| Обед                    | <i>Суп картофельный с горбушой</i>      | 130/180                             | 108,54/149,12                     |
|                         | <i>Гуляш из курицы</i>                  | 50/70                               | 97,1/185,43                       |
|                         | <i>Отварные макаронные изделия</i>      | 100/130                             | 130,92/215,44                     |
|                         | <i>Компот из свежих яблок</i>           | 150/180                             | 81,58/107,9                       |
|                         | <i>Хлеб пшеничный</i>                   | 20/20                               | 47,0/47,0                         |
|                         | <i>Хлеб ржаной</i>                      | 40/50                               | 80,16/87,0                        |
| <b>Итого за обед</b>    |   |                                     | <b>545,3/791,89</b>               |
| Уплот.полдник           | <i>Каша геркулесова молочная жидкая</i> | 140/160                             | 166,92/194,59                     |
|                         | <i>Хлеб пшеничный</i>                   | 20/30                               | 47,0/70,5                         |
|                         | <i>Кофейный напиток на молоке</i>       | 180/200                             | 134,54/212,22                     |
| <b>Итого за полдник</b> |   |                                     | <b>348,46/477,31</b>              |
| <b>Итого за 2 день</b>  |   |                                     | <b>1400,0/1870,0</b>              |