


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

# Меню

## дневного рациона

### на 23.01.2024 г.

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