


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

# Меню

## дневного рациона

### на 31.01.2024 г.

День 8	Наименование блюда	Масса порции (1,5-3лет / 3-7лет)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	<i>Каша ячневая молочная жидкая</i>	<i>150/170</i>	<i>215,38/183,36</i>
	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>30/40</i>	<i>70,5/94,0</i>
	<i>Кофейный напиток на молоке</i>	<i>170/200</i>	<i>200,43/212,22</i>
<b>Итого за завтрак</b>			<b>486,31/489,58</b>
2-ой завтрак	<i>Яблоко</i>	<i>30/30</i>	<i>17,6/17,6</i>
Обед	<i>Щи с курицей, со сметаной</i>	<i>130/180</i>	<i>154,38/245,78</i>
	<i>Жаркое по- домашнему с курицей</i>	<i>150/200</i>	<i>182,0/312,66</i>
	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>30/40</i>	<i>70,5/94,0</i>
	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>40/50</i>	<i>80,16/87,0</i>
	<i>Компот из сухофруктов</i>	<i>150/180</i>	<i>84,75/101,7</i>
<b>Итого за обед</b>			<b>572,19/841,14</b>
Уплот.полдник	<i>Запеканка из творога с маслом, сахаром.</i>	<i>140/180</i>	<i>283,9/401,28</i>
	<i>Чай с сахаром</i>	<i>180/200</i>	<i>40,0/50,4</i>
<b>Итого за полдник</b>			<b>477,56/451,68</b>
<b>Итого за 8день</b>			<b>1400,0/1800,0</b>

