

Утверждаю

заведующий МБДОУ детский сад № 9 Родничок

Г.В. Зеленова

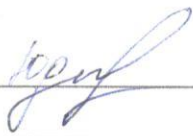
Ежедневное меню основного питания

Дата: на 2022 года

Возрастная категория: 3-7 лет (сад)

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 10, 5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Вермишель молочная	175/5	105
	Бутерброды с сыром	35	105
	Какао с молоком	180	140
Итого за завтрак		395	370(22,2%)
Второй завтрак	Груша	85	36
Итого за второй завтрак		85	36 (25%)
Обед	Икра кабачковая	60	24
	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом и сметаной	200/10 34/25	111
	Плов	130/70	405
	Сок яблочный	180	70
	Хлеб ржаной	37,5	65
	Хлеб пшеничный	15	29
Итого за обед		702,5	704(41,5%)
Полдник	Пудинг из творога	100/20	217
	Йогурт	180	101
	Хлеб пшеничный	20	39
Итого за полдник:		320	357(33,6%)
Итого за день		1502,5	1467 (99%)

Повар:  /Юдина Г.О/