

Муниципальное дошкольное
образовательное учреждение детский сад «Улыбка»
(МДОУ «Улыбка»)

Утверждаю
Заведующий МДОУ «Улыбка»
_____ С.А.Данилова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ

Дата: на 20.08.2025г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 10 часов

<i>Прием пищи</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Вес блюда</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углевод ы</i>	<i>Энергет ич.калл орийнос ть</i>
Завтрак	Каша гречневая на молоке	200				211.09
	Какао	180				130.14
	Хлеб	30				71.4
Итого за завтрак		410	13.99	12	61.48	412.63
Второй завтрак	Яблоко свежее	90	0.36	0.36	0.82	42.3
Обед	Борщ с курой	200				144.87
	Рыба отварная с картофельным пюре	50\150				53.35\152.83
	Компот из кураги	180				94.84
Итого за обед	Хлеб	30/610	22.0	14	77.98	627.47
Полдник	Макаронные изделия с маслом	120				224.63
	Чай сладкий	150				69.67
Итого за полдник		120	8	5	67	294.3
Итого за день			40.88	31	206.84	1276.7