

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ питания детей
в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих
МБДОУ «Детский сад №157»

НЕДЕЛЯ 2

ДЕНЬ 10

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)
завтрак	Батон нарезной/сыр	30/8	79,00 29,00
	Каша рисовая молочная с маслом	180	198,00
	Кофейный напиток с молоком	200	107,00
итого за завтрак		418	411,57
обед	Борщ со сметаной на мясном бульоне	180/10	146,00/16,00
	Жаркое по домашнему	200	362,00
	Огурец соленый	50	5,00
	Кисель из повидла, джема, варенья	200	8,00
	Хлеб пшеничный	25	59,00
	Хлеб ржаной	25	49,00
итого за обед		690	644,08
полдник	Ватрушка с повидлом	60	202,00
	Ряженка	200	102,00
итого за полдник		260	246,01
ужин	Рыба запеченная в омлете	200	341,00
	Сок	200	126,00
	Хлеб пшеничный	25	59,00
	Хлеб ржаной	25	49,00
итого за ужин		450	574,05
итого за день		1818	1876,00

УТВЕРЖДАЮ



С.А.БУРНОС

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ питания детей
в возрасте от 1 до 3 лет, посещающих
МБДОУ «Детский сад №157»

НЕДЕЛЯ 2

ДЕНЬ 10

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)
завтрак	Батон нарезной/сыр	20/6	52,00 21,00
	Каша рисовая молочная с маслом	150	167,00
	Кофейный напиток с молоком	180	96,00
итого за завтрак		356	336,69
обед	Борщ со сметаной на мясном бульоне	150/10	62,00/16,00
	Жаркое по домашнему	160	289,00
	Огурец соленый	30	3,00
	Кисель из повидла, джема, варенья	180	7,00
	Хлеб пшеничный	20	47,00
	Хлеб ржаной	20	39,00
итого за обед		570	462,11
полдник	Ватрушка с повидлом	40	135,00
	Ряженка	180	92,00
итого за полдник		220	188,27
ужин	Рыба запеченная в омлете	180	304,00
	Сок	180	113,00
	Хлеб пшеничный	20	47,00
	Хлеб ржаной	20	39,00
итого за ужин		400	503,46
итого за день		1546	1491,00