

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

НЕДЕЛЯ 1		ДЕНЬ 3		СРЕДА	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)		
завтрак	Батон нарезной с маслом сливочным	30/8	79,00 45,00		
	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом	180	199,00		
	Кофейный напиток с молоком	200	107,00		
итого за завтрак		418	429,41		
обед	Щи из свежей капусты со сметаной	180 10	34,00 16,00		
	Гуляш из отварной говядины	70	225,00		
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	130	213,00		
	Овощи отварные с маслом	50	50,00		
	Компот из сухофруктов	200	42,00		
	Хлеб пшеничный	25	59,00		
	Хлеб ржаной	25	49,00		
итого за обед		690	688,47		
полдник	Гренки из пшеничного хлеба	50	117,00		
	Молоко кипяченое	200	118,00		
	Фрукт	200	82,00		
итого за полдник		450	317,20		
ужин	Рулет картофельный с яйцом	190	340,00		
	Соус молочный	10	11,00		
	Чай с сахаром	200	40,00		
	Хлеб пшеничный	25	59,00		
	Хлеб ржаной	25	49,00		
итого за ужин		450	498,25		
Итого за день		2008	1933,00		

УТВЕРЖДАЮ



С.А.БУРНОС

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

НЕДЕЛЯ 1		ДЕНЬ 3		СРЕДА	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность (ккал)		
завтрак	Батон нарезной с маслом сливочным	20/6	52,00	34,00	
	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом	150	168,00		
	Кофейный напиток с молоком	180	96,00		
итого за завтрак		356	350,50		
обед	Щи из свежей капусты со сметаной	150	32,00		
		10	16,00		
	Гуляш из отварной говядины	50	162,00		
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	110	178,00		
	Овощи отварные с маслом	30	30,00		
	Компот из сухофруктов	180	38,00		
	Хлеб пшеничный	20	47,00		
	Хлеб ржаной	20	39,00		
итого за обед		570	541,96		
полдник	Гренки из пшеничного хлеба	20	47,00		
	Молоко кипяченое	180	107,00		
	Фрукт	190	78,00		
итого за полдник		390	230,96		
ужин	Рулет картофельный с яйцом	170	300,00		
	Соус молочный	10	11,00		
	Чай с сахаром	180	36,00		
	Хлеб пшеничный	20	47,00		
	Хлеб ржаной	20	39,00		
итого за ужин		400	432,95		
Итого за день		1716	1556,00		