



Утверждено
Заведующий МБДОУ Бельярский
детский сад «Огонек»

Н.Н.Омельченко

	Меню на _____ год	Вес порции 1,5-3 года грамм	Ккал. Порции 1,5-3 лет	Вес порции 3-7 года грамм	Ккал. порции 3-7 лет
Завтрак (8.30-8.50)	Каша рисовая молочная	150	155,6	180	175,1
	Какао с молоком	150	60,8	200	100,4
	Бутерброд с джемом	40/10	120,3	40/10	120,3
Всего завтрака		350	336,7	430	395,8
II Завтрак (10.30-11.00)	Яблоки	130	65,8	160	75,2
Обед (12.00-12.25)	Салат из отварной свеклы с чесноком	45	48,75	60	65,0
	Суп с клецками	200	103,5	200	103,5
	Курица отварная	60	92,9	80	123,9
	Каша перловая рассыпчатая	120	140,2	150	175,3
	Компот из апельсинов	150	47,4	200	62,7
	Хлеб ржано-пшеничный	40	81,6	50	102,0
Всего обеда		615	514,35	740	632,4
Полдник (15.10-15.20)	Пряники	50	183,0	50	183,0
	Напиток из кураги	150	60,8	200	71,4
Всего полдника		200	243,8	250	254,4
Ужин (16.50-17.00)	Запеканка из творога со сгущённым молоком	130	285,66	160	327,6
	Чай с сахаром	150	19,6	250	33,8
	Хлеб пшеничный	30	71,0	40	97,7
Итого за ужин		310	376,26	450	459,1
ВСЕГО ЗА ВОСЬМОЙ ДЕНЬ		1605	1536,91	2030	1816,9