



Утверждено  
Заведующий МБДОУ Белоярский  
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
<b>Завтрак (8.30-8.50)</b>	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
<b>Всего завтрака</b>		<b>350</b>	<b>336,7</b>	<b>430</b>	<b>395,8</b>
<b>II Завтрак (10.30-11.00)</b>	Яблоки	<b>130</b>	<b>65,8</b>	<b>160</b>	<b>75,2</b>
<b>Обед (12.00-12.25)</b>	Помидор в нарезке	30	18,8	60	37,6
	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
<b>Всего обеда</b>		<b>600</b>	<b>484,4</b>	<b>740</b>	<b>605,0</b>
<b>Полдник (15.10-15.20)</b>	Пряники	50	183,0	50	183,0
	Напиток из кураги	150	60,8	200	71,4
<b>Всего полдника</b>		<b>200</b>	<b>243,8</b>	<b>250</b>	<b>254,4</b>
<b>Ужин (16.50-17.00)</b>	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
<b>Итого за ужин</b>		<b>310</b>	<b>376,26</b>	<b>450</b>	<b>459,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ВОСЬМОЙ ДЕНЬ</b>		<b>1590</b>	<b>1506,96</b>	<b>2030</b>	<b>1789,5</b>