



Утверждено  
Заведующий МБОУ Белоярский  
детский сад «Огонек»  
И.Н.Омельченко

	Меню на _____ год	Вес порции 2-3года грамм	Ккал. порции 2-3 лет	Вес порции 3-7года грамм	Ккал. порции 3-7 лет
<b>Завтрак (8.30-9.00)</b>	Каша молочная «Дружба»	180	173,2	200	215,5
	Чай с сахаром	150	19,6	200	33,8
	Бутерброд с маслом	30/5	106,3	40/5	110,0
<b>Всего завтрака</b>		<b>365</b>	<b>299,1</b>	<b>445</b>	<b>359,3</b>
<b>II Завтрак (10.30-11.00)</b>	Груша	<b>130</b>	<b>68,3</b>	<b>130</b>	<b>68,3</b>
<b>Обед (12.00-12.35)</b>	Перец болгарский в нарезке	30	7,7	60	25,4
	Свекольник	180	81,0	200	88,3
	Картофельное пюре	120	111,5	150	144,4
	Сельдь с луком	50	132,3	65	161,0
	Компот из смеси сухофруктов	150	60,8	200	81,0
	Хлеб ржано-пшеничный	40	81,6	50	102,0
<b>Всего обеда</b>		<b>570</b>	<b>474,9</b>	<b>725</b>	<b>602,1</b>
<b>Полдник (15.30)</b>	Булочка «Сахарная»	50	157,7	60	204,3
	Чай с сахаром и лимоном	150	45,3	200	60,4
<b>Всего полдника</b>		<b>250</b>	<b>203,0</b>	<b>260</b>	<b>264,7</b>
<b>Ужин (16.50-17.00)</b>	Омлет с зелёным горошком	100	102,3	160	153,5
	Кисель из вишни	150	39,7	200	52,9
	Хлеб пшеничный	30	71,0	40	94,7
	Вафли	50	177,0	50	177,0
<b>Итого за ужин</b>		<b>330</b>	<b>390,0</b>	<b>450</b>	<b>478,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ</b>		<b>1645</b>	<b>1435,3</b>	<b>2010</b>	<b>1772,5</b>