



Утверждено
Заведующий МБДОУ Белоярский
детский сад «Огонёк»
Н.Н.Омельченко

	Меню на _____ год	Вес порции 2-3 года грамм	Ккал порции 2-3 лет	Вес порции 3-7 года грамм	Ккал. порции 3-7 лет
Завтрак (8.30-8.50)	Суп молочный вермишелевый	180	159,1	200	215,6
	Час с сахаром	150	19,6	200	33,8
	Бутерброд с маслом	30/5	106,3	40/5	110,0
Всего завтрака		365	285,0	445	359,4
II Завтрак (10.30-10.50)	Йогурт	150	72,0	200	96,0
Обед (12.10-12.35)	Огурец в нарезке	30	4,2	60	8,4
	Суп гороховый на мясном бульоне	150	71,03	200	105,91
	Картофельное пюре	120	111,5	150	144,4
	Рыба тушёная с овощами	90	127,2	120	172,6
	Компот из яблок	150	54,7	200	67,1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	81,6	50	102,0
Всего обеда		580	450,23	780	600,41
Полдник (15.10-15.20)	Булочка «Школьная»	60	172,6	60	172,6
	Какао с молоком	150	60,8	200	100,4
Всего полдника		210	233,4	260	273,0
Ужин (16.50-17.10)	Суп «Рисовый»	180	146,2	200	150,9
	Кисель из облепихи	150	44,1	200	58,8
	Хлеб пшеничный	30	71,0	40	97,8
	Пряник	50	183,0	50	183,0
Итого за ужин		410	444,3	490	490,5
ВСЕГО ЗА ТРЕТИЙ ДЕНЬ		1620	1395,5	2175	1819,3