



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

	Меню на _____ год	Вес порций 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)	Каша вязкая пшенная молочная	120	164,9	150	206,2
	Чай с сахаром	150	19,6	200	33,8
	Бутерброд с сыром	30/8	89,1	40/10	126,1
Всего завтрака		308	273,6	400	366,1
II Завтрак (10.30-11.00)	Йогурт	150	72,0	200	96,0
Обед (12.00-12.25)	Огурец в нарезке	30	4,4	60	8,4
	Суп «Крестьянский»	170	106,8	200	115,6
	Котлеты из курицы	60	101,1	75	126,4
	Макароны отварные	120	157,4	150	196,8
	Компот из яблок	150	54,7	200	67,1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	81,6	50	102,0
Всего обеда		570	506,8	735	616,3
Полдник (15.10-15.20)	Пирожки печёные с картошкой	50	194,8	60	246,9
	Чай с сахаром и лимоном	150	20,4	200	27,9
Всего полдника		200	215,2	260	274,8
Ужин (16.50-17.10)	Суп «Снежок» с мясом птицы	180	167,21	215	202,3
	Хлеб пшеничный	30	71,0	40	94,7
	Компот из изюма	150	56,9	200	75,8
	Зефир	50	94,9	50	94,9
Итого за ужин		410	390,01	505	467,7
ВСЕГО ЗА СЕДЬМОЙ ДЕНЬ		1638	1451,31	2100	1820,9