

Ежедневное меню основного питания **День 5**



Дата:

Возрастная категория: 2-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 9 часов

	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша гречневая со сливочным маслом	130\150 150\200	226\312 ккал
	Бутерброд с сыром	45\55	131.72\152.2
	Кофейный напиток с молоком	159\180 180\200	64.5\77.4
Итого за завтрак			422.2\435.1
Второй завтрак	Фрукты	95\100	53
Итого за второй завтрак			
Обед	Суп рыбный	150\180 180\200	105.4\124.7
	Плов с мясом курицы	180\200	315.7\421
	Салат из свежих овощей	60\80	93.69
	Компот из с\ф	150\180 180\200	63.3\75.96
	Хлеб пшеничный	50	
	Хлеб ржаной	40	
Итого за обед			506.5\631.8
Полдник	Чай с сахаром	150\180 180\200	80.56\96.69
	Пирожок с повидлом	80\100	24.8\68
Итого за полдник			105.3\184.6
Итого за день			1587.09\1850.35