Детский сад «Колокольчик» село Бобровка, филиал МБДОУ- детский сад «Березка» села Шипуново Шипуновского района Алтайского края

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий филиалом

детский сад «Колокольчик»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.А. Иккерт

**Ежедневное меню основного питания**

**Октябрь** (*6-й день десятидневки) (13)*

**Возрастная категория** : 3-7 лет

**Длительность пребывания воспитанников в детском саду**: 9 часов

*(75% от суточной нормы)*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда(г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
|  |  | 3-7 лет | 3-7лет |
| Завтрак | Омлет натуральный | 150 | 244,34 |
| Бутерброд с повидлом | 30/20 | 92 |
| Кофе с молоком (без сахара) | 180 | 91 |
| **Итого за завтрак** |  | **380,0** | **427,34(25%)** |
| **Второй завтрак** |  |  |  |
| Обед | Салат из свеклы с чесноком | 60 | 65 |
| Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной | 200/8 | 117 |
| Картофельное пюре | 150 | 145,29 |
| гуляш | 80 | 164,8 |
| Хлеб ржаной | 40 | 69,6 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 70,5 |
| Кисель из яблок | 200 | 109 |
| **Итого за обед** |  | **768,0** | **741,19(35%)** |
| Полдник | Булочка домашняя | 70 | 177,7 |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 92 |
| **Итого за полдник** |  | **270,0** | **269,7 (15%)** |
| **Всего за день** |  | **1418,0** | **1438,23(75%)** |