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**  (*7-й день десятидневки) (14)*

**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 | Суп молочный с мака. изделиями | 200 | 164,0 |
| Хлеб ржаной | 40 | 69,6 |
| Сыр порциями | 15 | 54,5 |
| Чай с молоком | 180/6 | 77,40 |
| **Итого за завтрак** |  | **443,0** |  **365,5(25%)** |
| **Второй завтрак** |  |  |  |
| Обед | Салат из свеклы с изюмом | 60 | 62,0 |
| Уха рыбацкая | 200 | 133,0 |
| Печень по строгоновски | 70/40 | 184,0 |
| Капуста тушеная | 150 | 102,33 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 94,0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 47,0 |
| Напиток из плодов шиповника | 180 | 79,0 |
| **Итого за обед** |  | **795,0** | **701,33(35%)** |
| Полдник | Ватрушка с творогом | 70 | 191,0 |
| Кофе с молоком | 200/12,4 | 116,0 |
| **Итого за полдник** |  | **282,4** | **307,00(15%)** |
| **Всего за день** |  | **1520,4** | **1373,83(75%)** |