

"Утверждаю":  
 Заведующий МБДОУ "Пилюгинский детский сад "Колобок"  
 \_\_\_\_\_ Н.В.Ермолаева  
 " 02" сентября 2024 год

Десятидневное меню питания воспитанников МБДОУ "Пилюгинский детский сад "Колобок" функционирующий в режиме 10,5 часов. 1-3лет

День \ № р-ры	Наименование блюд лет	1-3	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
<b>1 день</b>	<b>Завтрак</b>						
	Макароны отварные смаслом с сыром		150	9,29	12,01	22,71	169,2
	Хлеб пшеничный		20	1,5	0,58	11,33	43,7
	Масло сливочное порционное		5	0,02	2,06	0,02	12,5
	Молоко кипячёное		180	5,17	4,06	7,55	56,2
	<b>Итого за завтрак</b>		<b>355</b>	<b>15,98</b>	<b>18,71</b>	<b>41,61</b>	<b>281,6</b>
	<b>2-й завтрак</b>						
	Фрукты (яблоко)		100	0,35	0	9,91	67,3
	<b>Обед</b>						
	Салат из свежих помидоров и огурцов		30	0,3	1,84	1,03	22,11
	Суп картофельный с крупой		150	1,75	3,78	8,57	101,32
	Жаркое по-домашнему		130	19,79	14,88	20,61	226,2
	Сок фруктовый		150	0,75	0	15,15	63,33
	Хлеб пшеничный		20	1,5	0,58	11,33	51,62
	Хлеб ржаной		20	1,28	0,24	6,48	33,83
	<b>Итого за обед</b>		<b>500</b>	<b>25,37</b>	<b>21,32</b>	<b>63,17</b>	<b>498,41</b>
	<b>Полдник</b>						
	Ряженка (2,5% жирности)		150	1,78	0,68	1,13	94,1
	Булочка ванильная		50	3,95	4,06	45,3	122,3
	<b>Итого за полдник</b>		<b>200</b>	<b>5,73</b>	<b>4,74</b>	<b>46,43</b>	<b>216,4</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1155</b>	<b>47,43</b>	<b>44,77</b>	<b>161,12</b>	<b>1063,71</b>