

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Старокульшариповский детский сад» Асекеевского района Оренбургской области**

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Старокульшариповский д/с»
Н.С. Габдрахманова



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
питания детей на зимне – весенний период

Возрастная категория: 1,5 – 7 лет

Режим питания: четырехразовое

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 10, 5 часов

Прием * пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	200	6,24	6,10	19,70	158,64	390
	Бутерброд с сыром	50: 15/5/30	6,68	8,45	19,39	180	3
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,0	60,00	
Итого за завтрак		450	13,02	14,55	54,09	398,64	
Второй завтрак	Витаминизированный напиток «Витошка»	100	0	0	8,64	33	
Итого за второй завтрак		100	0	0	8,64	33	
Обед	Суп с рыбными консервами	200	6,24	6,10	19,70	158,64	87
	Котлеты, биточки, шницели	80	10,6	10,5	8,5	171,6	
	Макаронные изделия отварные с маслом	160	5,8	4,8	37,1	214,7	205
	Соус томатный	50	0,54	1,86	3,46	33,45	
	Компот из сушеных фруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	376
	Хлеб пшеничный	60	4,62	1,8	29,8	157,2	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	1
Итого за обед		790	30,29	32,61	137,94	965,79	
Полдник	Булочка «Веснушка»	80	6,24	4,89	43,08	241,6	473
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,90	0,00	18,18	76,00	399
	Яблоко	100	0,2	0,2	3,9	18,8	6
Итого за полдник		360	7,34	5,09	65,16	336,4	
Итого за первый день		1700	50,65	52,25	265,83	1 733,83	