

Старожиловский детский сад № 3 «Солнышко»

Утверждаю
Заведующий
_____ С.М. Маркина

**Ежедневное меню основного питания
на 23 мая 2025 г**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		до 3-х лет	с 3-х до 7 лет	до 3-х лет	с 3-х до 8 лет
завтрак	Каша овсяная жидкая	150	180	198	236
	Чай с сахаром	150	180	28	40
	Бутерброд с маслом	40	40	145	145
Итого за завтрак		340	400	371	421
Второй завтрак	фрукты	100	100	46	46
		100	100	46	46
Итого за второй завтрак					
обед	Салат из свеклы	30	50	30	48
	Суп картофельный с бобовыми	150	180	107	132
	Зразы рыбные с яйцом	50	70	91	131
	Картофельное пюре	110	130	101	130
	Сок фруктовый	150	180	72	86
	Хлеб ржаной	40	50	84	105
Итого за обед		530	660	485	632
Уплотнен ный полдник	Омлет натуральный	85	120	122	161
	Хлеб пшеничный	20	20	53	53
	Кофейный напиток	150	180	80	105
	Сдоба обыкновенная	25	25	87	87
Итого за уплотненный полдник		280	335	375	450
Итого за день		1250	1495	1277	1549

Ответственный исполнитель _____ Курочкина Е.А.