

Старожиловский детский сад № 3 «Солнышко»

Утверждаю
Заведующий
_____ С.М. Маркина

**Ежедневное меню основного питания
На 28 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 пшенная жидкая	150	180	198	236
	Кофейный напиток	150	180	80	105
	Бутерброд с маслом	40	40	145	145
Итого за завтрак		345	405	418	481
Второй завтрак	фрукты	100	100	46	46
		100	100	46	46
Итого за второй завтрак					
обед	Салат из свеклы	30	50	30	48
	щи	150	180	73	94
	Котлета рубленая	50	70	216	301
	Рагу из овощей	110	130	112	133
	Сок фруктовый	150	180	72	86
	Хлеб ржаной	40	50	84	105
Итого за обед		530	660	587	767
Уплотнен ный полдник	Рыба тушеная с овощами	60	80	73	101
	Картофельное пюре	110	130	101	130
	Чай с сахаром	150	180	28	40
	Сдоба обыкновенная	25	25	87	87
Итого за уплотненный полдник		345	415	289	358
Итого за день		1320	1580	1340	1650

Ответственный исполнитель _____ Курочкина Е.А.