

Старожиловский детский сад № 3 «Солнышко»

Утверждаю
Заведующий
_____ С.М. Маркина

**Ежедневное меню основного питания
на 29 июля 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 манная жидкая	150	180	166	202
	Какао с молоком	150	180	94	113
	Бутерброд с повидлом	40	40	131	131
Итого за завтрак		345	405	391	446
Второй завтрак	фрукты	50	50	23	23
		50	50	23	23
Итого за второй завтрак					
обед	Салат из свежей капусты	30	50	17	32
	Суп картофельный с крупой (рис)	150	180	73	93
	Котлета рыбная запеченная	50	70	95	115
	Картофельное пюре	110	130	101	130
	Сок фруктовый	150	180	72	86
	Хлеб ржаной	40	50	84	105
Итого за обед		500	560	442	561
Уплотнен ный полдник	Запеканка морковная с творогом	115	180	265	387
	кефир	150	180	96	115
	Булочка Молочная	25	25	90	90
Итого за уплотненный полдник		290	385	451	493
Итого за день		1235	1450	1330	1546

Ответственный исполнитель _____ Курочкина Е.А.