

Старожиловский детский сад № 3 «Солнышко»

Утверждаю
Заведующий
_____ С.М. Маркина

**Ежедневное меню основного питания
на 30 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 пшенная жидкая	150	180	198	230
	Чай с сахаром	150	180	28	40
	Бутерброд с сыром	38	38	140	140
Итого за завтрак		345	405	366	410
Второй завтрак	фрукты	50	50	23	23
		50	50	23	23
Итого за второй завтрак					
обед	Салат из свежих огурцов	30	50	21	34
	Борщ с картофелем	150	180	90	114
	Плов из птицы	160	210	255	355
	кисель	150	180	67	74
	Хлеб ржаной	40	50	84	105
Итого за обед		530	670	514	678
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	325	342	406
Итого за день		1255	1500	1271	1552

Ответственный исполнитель _____ Курочкина Е.А.