

Утверждаю
Заведующий МОУ Детским садом № 309

В.В. Ужастова



МЕНЮ
на 30.05.2025 г.

(для детей дошкольного возраста 3 – 7 лет)

<i>Прием пищи</i>	<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>	
		<i>Масса порции грамм</i>	<i>Энергетическая ценность, ккал</i>
<i>Завтрак:</i>			
	Каша жидкая геркулесовая	180	197,6
	Кофейный напиток с молоком	200	103,1
	Бутерброд с джемом или повидлом	30/5/20	156,7
	<i>Итого за завтрак</i>	435	457,4
10.00	Сок яблочный	200	83,4
<i>Обед:</i>			
	Салат из белокочанной капусты	50	44,1
	Суп картофельный на курином бульоне	180	85,2
	Плов из птицы	150	499,1
	Кисель из повидла, джема, варенья	180	102,6
	Хлеб пеклеваный	50	102,0
	<i>Итого за обед</i>	610	833,0
<i>Уплотненный полдник:</i>			
	Икра кабачковая консервированная	50	59,5
	Котлеты или биточки рыбные запеченные	70	135,8
	Картофель отварной с маслом сливочным	130	128,3
	Напиток из плодов шиповника	180	88,3
	Хлеб пшеничный	40	94,7
	<i>Итого за Уплотненный полдник</i>	470	506,6
	<i>Итого за день:</i>		1880,4