

Утверждаю
Заведующий МОУ Детским садом № 309
В.В. Ужастова



МЕНЮ
на 10.06.2025 г.
(для детей дошкольного возраста 3 – 7 лет)

Прием пищи	Наименование	Выход	
		Масса порции, грамм	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак:			
	Каша жидкая геркулесовая	180	197,6
	Кофейный напиток с молоком	200	103,1
	Бутерброд с джемом или повидлом	30/5/20	156,7
	Итого за завтрак:	435	457,4
10.00	Фрукты свежие (яблоко)	200	83,4
Обед:			
	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 пеклеванный	50	102,0
	Итого за обед:	610	833,0
Уплотненный полдник:			
	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
	Итого за Уплотненный полдник:	470	506,6
	Всего за день:		1880,4
Воспитатель:			