



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Каргасокский д/с № 27»
Нестерова С.А.

**Меню ежедневного горячего питания
для детей от года до 3-х , с 3 – 7 лет**

МЕНЮ на « 07 » 10 2025г					
Наименование приема пищи	Наименование блюда	от 1 – 3 лет		с 3 – 7 лет	
		Масса порции, гр.	Калорийность, ккал	Масса порции, гр.	Калорийность, ккал
Завтрак	Каша молочная, геркулесовая	180	129,6	250	170
	Чай с сахаром	150	60,6	200	60,6
	Хлеб с маслом и сыром	20/5/4	56	40/10/9	112
2 завтрак	Сок	100	38	100	38
Обед	Салат свекольный с изюмом	50	80,73	60	80,73
	Щи из свежей капусты	150	101,2	200	105,9
	Тефтели из говядины в соусе	70/5	217,83	70/5	217,83
	Макароны отварные	130	164,09	150	164,09
	Напиток клюквенный	150	63,68	200	63,68
	Хлеб ржаной	60	111,56	60	111,56
Полдник	Котлеты картофельные с соусом	150/50	283,65	150/50	283,65
	Печенье	40	162,40	40	162,40
	Чай с сахаром	150	60,6	200	60,6
Итого за день:			1129,94		1593,04