



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 « 14 » 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 кукурузная	150	161,5	200	174
	Хлеб с маслом	20/5	56	40/10	112
	Чай с сахаром	150	145,9	200	194,56
2 завтрак	Сок	100	38	100	38
Обед	Салат из зеленого горошка	40	33,2	60	33,2
	Рассольник	150	89,4	200	118,2
	Зразы картофельные с мясом	230	248,61	230	248,61
	Компот из кураги	150	80,7	200	107,5
	Хлеб пшеничный	30	64	60	107,7
Полдник	Ватрушка с творогом	60	136,7	90	205
	Фрукты	60	27,60	60	27,60
	Кофейный напиток	150	134,9	200	163,9
Итого за день:			1178,51		1299,72