

Заведующий МБДОУ «Каргасокский д/с № 27»

Утверждаю:
Нестерова С.А.



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

МЕНЮ на « <u>23</u> » <u>10</u> 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, гречневая	150	246,17	200	246,17
	Хлеб с маслом и сыром	20/5/4	56	40/10/9	112
	Чай с сахаром	150	145,9	200	194,56
2 завтрак	Сок	100	38	100	38
Обед	Салат свекольный с соленым огурцом	40	66,64	60	66,64
	Суп рыбный «Сайра»	150	137,2	200	147,2
	Рыба запеченная с картофелем	240	255,89	240	255,89
	Сок	180	79,54	200	14,02
	Хлеб пшеничный	30	64	60	128
Полдник	Биточки манные со сгущенным молоком	70	166,3	100	166,3
	Фрукты	95	21,6	100	27,60
	Чай с сахаром	150	60,6	200	60,6
Итого за день:			1101,6		1206,4