



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 « 27 » 11 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 пшеничная	150	136,3	200	136,3
	Хлеб с маслом и сыром	20/5/4	56	40/10/9	112
	Чай с сахаром и лимоном	150	61,62	200	60,15
2 завтрак	Сок	100	38	100	39
Обед	Салат из свеклы с морковью	50	63,04	50	63,04
	Борщ	150	75,9	200	101,2
	Бефстроганов с гречкой	67/130	222,6	79/130	331
	Сок	150	14,02	200	14,02
	Хлеб пшеничный	60	64	60	107,7
Полдник	Сырники с маслом и сахаром	125	410	140	325
	Чай с сахаром	150	60,6	200	60,6
Итого за день:			1233		1371,99