



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 « 01 » 12 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 сборная	150	211	200	263,8
	Хлеб с маслом	20/5	56	40/10	112
	Чай с сиропом шиповника	150	48,64	200	48,64
2 завтрак	Сок	100	38	100	38
Обед	Салат капустный	40	55,30	60	55,30
	Суп картофельный с рыбой	150	137,2	200	147,2
	Голубцы ленивые	60	92,99	80	92,99
	Макароны отварные	130	188,40	150	118,40
	Хлеб ржаной	20	11,56	40	111,56
	Напиток клюквенный	150	63,68	200	63,68
Полдник	Зразы картофельные с овощами	150/30	260,10	150/30	260,10
	Чай с джемом	150	48,64	150	48,64
	Хлеб пшеничный	30	86,89	30	86,89
Итого за день:			1205,99		1354,79