УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МБДОУ №254
_____Волощенко Т.Н.

МЕНЮ

На ___26 августа_____ 2021 года

День: четверг (Неделя: первая)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
ЗАВТРАК	1,5-3 г	3-7 л	1,5-3 г	3-7 л
Суп молочный гречневой крупой	165	180	10,90	11,90
Какао с молоком	150	180	115,00	138,50
Сыр Российский	10	15	34,60	51,00
Хлеб пшеничный	25	25	58,33	58,33
ИТОГО:	**350**	**400**	**218,83**	**259,73**
2-й завтрак яблоко свежее	**100**	**100**	**47**	**47**
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
ОБЕД	1,5-3 г	3-7 л	1,5-3 г	3-7 л
Борщ украинский	150	180	71,30	85,60
Биточки из говядины	50	70	134,66	176,80
Макароны с м\сливочным	100	120	140,73	168,88
Икра баклажанная	15	40	10,40	41,80
Компот из сухофруктов	150	180	85,40	102,40
Хлеб ржаной	10	25	18,10	45,20
Хлеб пшеничный	10	15	23,33	35,00
ИТОГО:	**485**	**630**	**483,92**	**655,68**
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
Полдник	1,5-3 г	3-7 л	1,5-3 г	3-7 л
Молоко	150	200	84,39	142,52
Булочка	50	50	167,00	167,00
ИТОГО:	**200**	**250**	**251,39**	**309,52**
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
УЖИН	1,5-3 г	3-7 л	1,5-3 г	3-7 л
Рыба, тушеная в томате с овощами	60\60	70\70	137,21	160,29
картофель отварной	100	100	99,30	110,38
чай с сахаром	150	180	42,00	50,40
Хлеб пшеничный	15	15	35,00	35,00
хлеб ржаной	15	15	27,15	27,15
ИТОГО:	**400**	**450**	**226,70**	**246,20**
ИТОГО за целый день:	**1535**	**1830**	**1227,84**	**1518,13**