Утверждаю:

Заведующий д/садом

С.Е.Войнова

13 марта 2025г.

Меню

МБДОУ Ермаковский детский сад «Звездочка»

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дети от 1,6 до 7-х лет, | | | | | |
| № | **Наименование блюд** | **Вес блюда** | | **Энергетическая ценность к/кал** | |
|  | ***Завтрак*** | До 3-х лет | До 7 лет | До 3-х лет | До 7 лет |
|  | Вареники ленивые с маслом | 130 | 150 | 235 | 274 |
|  | Чай с лимоном | 180 | 200 | 30 | 37 |
|  | **2 завтрак** |  |  |  |  |
|  | Сок фруктовый | 150 | 180 | 65 | 87 |
|  | ***Обед*** |  |  |  |  |
|  | Суп картофельный с рисом | 150 | 180 | 85 | 102 |
|  | Гуляш | 50 | 70 | 154 | 220 |
|  | Сложный гарнир: гречка с маслом и свекла отварн. | 100/5/10 | 110/5/20 | 157 | 193 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 30 | 46 | 69 |
|  | Хлеб ржаной | 15 | 20 | 41 | 54 |
|  | Чай | 160 | 180 | 30 | 37 |
|  |  |  |  |  |  |
|  | **Полдник** |  |  |  |  |
|  | Бутерброд с повидлом | 30/20 | 40/30 | 129 | 180 |
|  | Молоко кипяченое | 150 | 180 | 80 | 96 |
|  | **Итого за день** | 1165 | 1400 | 1052 | 1349 |

Повар О. Н. Малыщицкая