

Утверждаю
Заведующий МДОУ 127
/О.В. Чувеская

ЯСЛИ (с 1 года до 3 лет)

САД (с 3 лет до 7 лет)

Ежедневное основное меню
Утверждаю
Заведующий МДОУ 127
/ О.В. Чувская

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	180	153,77
	Кофейный напиток с молоком	170	72,11
	яйцо вареное	20	37,65
	Бутерброд с маслом и сыром	30	96,6
	Итого	400	360,13
второй завтрак	Кефир	130	137,64
	Итого	130	137,64
обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	110,18
	Плов из отварной говядины	130	309,01
	салат из свеклы и моркови	60	55,2
	Хлеб ржаной	50	77,42
	Компот из кураги	180	79,72
	Итого	600	631,53
полдник	Яблоки	90	60,84
	Итого	90	60,84
ужин	Вареники ленивые	220	261,08
	Чай с сахаром	180	68,4
	Хлеб пшеничный	40	80,4
	Итого	440	409,88