

**АДМИНИСТРАЦИЯ ПОЧИНКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ
ОБЛАСТИ**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Починковский детский сад № 5
МБ ДОУ Починковский детский сад № 5

Меню горячего питания

Возрастная категория : 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду : 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
Неделя 1 День 4			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша геркулесовая со сливочным маслом	200	5,71	8,55	24,71	172,0	47
	Кофейный напиток с молоком	180	2,51	2,78	17,74	106,82	52
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	40/5	3,1	4,4	23,24	127,9	65
Итого на завтрак		425	11,3	15,8	65,7	406,7	
2-ой завтрак	Банан	130	2,0	0,4	11,4	60,1	13
Итого на второй завтрак		130	2,0	0,4	11,4	60,1	
Обед	Суп вермишелевый на курином бульоне	200	8,0	7,31	17,02	127,0	8
	Курица отварная	70	19,6	19,6	1,04	11,35	20
	Овощи тушеные	150	2,8	11,15	16,39	139,94	26
	Компот из сухофруктов	180	0,0	0,0	21,64	88,75	50
	Хлеб Ржаной	38	2,81	0,44	23,52	72,4	66
Итого на обед		638	34,81	38,7	88,11	586,64	
Полдник	Компот из черной смородины	200	0,07	0,0	15,31	61,62	56
	Винегрет овощной	60	0,84	6,1	4,3	74,4	9
	Хлеб пшеничный	40	3,19	1,31	23,9	115,0	67
Итого на полдник		300	4,1	7,4	43,5	251,0	
ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ		1493	52,21	62,3	208,7	1303,74	