УТВЕРЖДЕНО:

И.о директора МОУ ИРМО

«Большеголоустненская ООШ»

А.В.Шоноев\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Ежедневное меню**

**МОУ ИРМО "Большеголоустненская ООШ" Детский сад**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | **3-7 лет** | | | | | | **1-3 года** | | |
| **№** | **Наименование блюда** | | | **Масса порции** | **Ккал** | | | | | **Масса порции** | **Ккал** | |
| **Прием пищи Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| 1 | | Каша жидкая молочная рисовая | 1/200 | | | 133,88 | 1/140 | | | | | 128,92 |
| 2 | | Кофейный напиток с молоком | 1/200 | | | 118,71 | 1/180 | | | | | 106,84 |
| 3 | | Масло сливочное порциями | 1/5 | | | 32,8 | 1/5 | | | | | 32,8 |
| 4 | | Хлеб ржаной | 1/10 | | | 20,60 | 1/10 | | | | | 20,60 |
| 5 | | Батон в/с | 1/30 | | | 78/27 | 1/20 | | | | | 52,18 |
|  | | **Итого завтрак:** |  | | | **384,26** |  | | | | | **341,34** |
|  | |  |  | | |  |  | | | | |  |
|  | | **Второй завтрак** |  | | |  |  | | | | |  |
| 1 | | Напиток кисломолочный (Йогурт) | 1/170 | | | 90,0 | 1/140 | | | | | 70,15 |
|  | | **Итого второго завтрака:** |  | | | 90,0 |  | | | | | 70,15 |
|  | | **Итого оба завтрака:** |  | | | **474,26** |  | | | | | **411,49** |
|  | | | | | | | | | | | | |
| 1 | | Салат из капусты с помидорами и огурцами | 1/60 | | | 73,40 | | | 1/30 | | | 36,50 |
| 2 | | свекольник | 1/200 | | | 88,36 | | | 1/150 | | | 66,27 |
| 3 | | Котлета рыбная из красной рыбы ПФ | 1/70 | | | 114,20 | | | 1/60 | | | 87,84 |
| 4 | | Картофельное пюре | 1/150 | | | 138,80 | | | 1/110 | | | 127,23 |
| 5 | | Сок фруктовый в ассортименте | 1/200 | | | 86,60 | | | 1/150 | | | 64,95 |
| 6 | | Хлеб пшеничный | 1/30 | | | 70,14 | | | 1/25 | | | 58,45 |
| 7 | | Хлеб ржаной | 1/30 | | | 61,80 | | | 1/20 | | | 41,20 |
|  | | **Итого обед:** |  | | | **546,70** | | |  | | | **482,44** |
|  | | | | | | | | | | | |  |
| 1 | | Компот из вишни | 1/180 | | | 38,97 | | 1/150 | | | | 32,48 |
| 2 | | Булочка в ассортименте | 1/40 | | | 124,02 | | 1/40 | | | | 124,02 |
| 3 | | мармелад | 1/20 | | | 63,60 | | 1/20 | | | | 63,60 |
| 4 | | Фрукт свежий (яблоко) | 1/100 | | | 48,21 | | 1/95 | | | | 45,80 |
|  | | **Итого полдник:** |  | | | **274,8** | |  | | | | **265,9** |
|  | | **Итого за день:** |  | | | **1295,76** | |  | | | | **1159,83** |

**«05» декабря 2023 г.**