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 манная молочная жидкая | 1/200/5 | 87,50 | 1/130/5 | 56,60 |
| 2 | Чай без сахара | 1/200 | 1,20 | 1/180 | 0,36 |
| 3 | Сыр твердых сортов в нарезке | 1/15 | 54,30 | 1/10 | 36,20 |
| 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:** |  | **241,87** |  | **165,84** |
|  |  **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** |  |  |  |  |
| 1 | Напиток кисломолочный (Йогурт) | 1/170 | 90,0 | 1/140 | 70,15 |
|  |  **Итого второго завтрака:** |  | 90,0 |  | 70,15 |
|  |  **Итого оба завтрака:** |  | **331,87** |  | **235,99** |
|  **ОБЕД** |
| 1 | Огурец в нарезке | 1/50 | 6,67 | 1/30 | 4,0 |
| 2 | Суп из овощей | 1/200 | 71,48 | 1/180 | 64,33 |
| 3 | Котлета рыбная из белой рыбы ПФ | 1/70 | 116,37 | 1/60 | 76,48 |
| 4 | Рис отварной | 1/150 | 203,60 | 1/130 | 176,58 |
| 5 | Компот из брусники | 1/180 | 29,61 |  |  |
|  | Сок фруктовый в ассортименте |  |  | 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:** |  | **559,67** |  | **486,00** |
|  **ПОЛДНИК** |  |
| 1 | Напиток витаминизированный «Витошка» | 1/180 | 68,04 |  |  |
|  | Напиток из плодов шиповника |  |  | 1/150 | 49,40 |
| 2 | Фрукт свежий (банан) | 1/100 | 94,50 | 1/95 | 89,78 |
| 3 | Блинчики со сгущенкой | 1/100 | 142,40 | 1,100 | 142,40 |
|  |  **Итого полдник:** |  | **304,94** |  | **281,58** |
|  |  **Итого за день:** |  | **1196,48** |  | **1003,56** |

 **«07» декабря 2023 г.**