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 «Дружба» | 1/200 | 143,20 | 1/130 | 109,53 |
| 2 | Яйцо вареное | 1/40 | 56,40 | 1/40 | 56,40 |
| 3 | Чай с сахаром и лимоном | 1/200 | 28,0 | 1/180 | 18,0 |
| 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:** |  | **326,47** |  | **256,71** |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  **Второй завтрак** |  |  |  |  |
| 1 | Напиток кисломолочный (йогурт) | 1/170 | 90,0 | 1/140 | 70,15 |
|  |  **Итого второго завтрака:** |  | 90,0 |  | 70,15 |
|  |  **Итого оба завтрака:** |  | **373,22** |  | **326,86** |
|  **Прием пищи Обед** |
| 1 | Огурец в нарезке | 1/50 | 6,67 | 1/30 | 4,0 |
| 2 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 1/200/25 | 136,50 | 1/150/25 | 114,51 |
| 3 | Котлета рыбная из белой рыбы ПФ | 1/70 | 122,01 | 1/60 | 104,58 |
| 4 | Рагу из овощей | 1/180 | 105,50 | 1/130 | 114,29 |
| 5 | Сок фруктовый в ассортименте | 1/180 | 77,94 | 1/150 | 64,95 |
| 6 | Хлеб ржаной | 1/10 | 20,60 | 1/20 | 41,20 |
| 7 | Хлеб пшеничный | 1/30 | 70,14 | 1/25 | 58,45 |
|  |  **Итого обед:** |  | **539,36** |  | **501,98** |
| **Прием пищи Полдник** |  |
| 1 | Компот из смородины | 1/180 | 24,21 | 1/180 | 24,21 |
| 2 | Блинчики со сметаной/с повидлом | 1/100 | 106,93 | 1/1001/100 | 159,20/106,93 |
| 3 | Фрукт свежие (банан) | 1/100 | 94,50 | 1/95 | 89,78 |
|  |  **Итого полдник:** |  | **225,64** |  | **220,92** |
|  |  **Итого за день:** |  | **1181,47** |  | **1049,76** |

 **«01 » декабря 2023 г.**