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 | | 1/100  1/100 | | | | 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.**