

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина
11.05.2022г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 12 мая 2022 года**

Возрастная категория: *от 1 года 6 месяцев – 3х лет*
Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша пшеничная молочная	150	178,44
	Масло коровье сливочное порционное	5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	160	122,6
Итого на завтрак		340	459,34
обед	Суп рыбный	150	170,85
	Плов	160	224,85
	Салат из свежих овощей	50	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот « Ассорти »	170	90,52
Итого за обед		565	619,35
полдник	Печенье	12	120,10
	Какао с молоком	160	110,5
Итого за полдник		172	231
ужин	Оладьи из кабачков	160	199,9
	Чай с лимоном , Хлеб	170/25	116,5/43,2
	Банан	100	46
Итого за ужин		455	505,60
Итого за день:		1560	1659,49

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

11.05.2022г.



Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 12 мая 2022 года

Возрастная категория: от 3х – 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша пшеничная молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное порционное	5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	170	132,6
Итого на завтрак		380	459,34
обед	Суп рыбный	190	190,85
	Плов	180	224,85
	Салат из свежих овощей	60	91,6
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Компот « Ассорти »	170	102,52
Итого за обед		630	659,65
полдник	Печенье	20	150,10
	Какао с молоком	200	116,5
Итого за полдник		220	266,60
ужин	Оладьи из кабачков	180	299,9
	Чай с лимоном . Хлеб	170/25	116,5/43,2
	Банан	100	46/4,5
Итого за ужин		475	510,10
Итого за день:		1735	1779,4