

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

18.05.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 19 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 кукурузная молочная	150	178,58
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	43,2/31,1
	Кофейный напиток	160	112,60
Итого на завтрак		340	438,54
обед	Суп рыбный	180	190,85
	Солянка сборная	160/20	241,60
	Салат из свежих овощей	50	52,15
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Компот из ягод	160	112,6
Итого за обед		610	655,19
полдник	Печенье	12	120,1
	Какао с молоком	160	112,60
	Йогурт	100	140,12
Итого за полдник		272	352,82
ужин	Гречка тушёная с мясом и овощами	160/20	184,27
	Чай с лимоном	150	105,26
	Яблоко	100	49
Итого за ужин		430	498,23
Итого за день:		1652	1697,8

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

18.05.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 19 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 кукурузная молочная	180	238,58
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	43,2/51,1
	Кофейный напиток	170	124,80
Итого на завтрак		380	498,54
обед	Суп рыбный	180	190,85
	Солянка сборная	190	241,60
	Салат из свежих овощей	60	63,09
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Компот из ягод	160	71,62
Итого за обед		610	755,19
полдник	Печенье	20	140,1
	Чай с молоком	160	112,60
	Йогурт	100	140,12
Итого за полдник		280	352,73
ужин	Гречка тушёная с мясом и овощами	180	214,67
	Чай с лимоном	170	116,50
	Яблоко	100	49
Итого за ужин		450	548,23
Итого за день:		1750	1819,39