

УТВЕРЖДАЮ

Заведующего МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

20.05.2022г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 23 мая 2022 года

Возрастная категория: 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 геркулесовая молочная	150	229,34
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток на молоке	160	116,5
Итого на завтрак		340	402,84
обед	Свекольник со сметаной	170	250,85
	Оладьи из печени в сливочном соусе	60/20	118,58
	Макароны отварные	110	110,40
	Салат из консервированных овощей	50	65,8
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	160	116,5
Итого за обед		595	613,23
полдник	Пряник	12	90,10
	Какао на молоке	160	116,50
	Йогурт	100	153,5
Итого за полдник		272	306,6
ужин	Ленивые вареники со сгущённым молоком	150/20	275,9
	Чай с лимоном	160	116,5
	Апельсин	100	49
Итого за ужин		430	471,4
Итого за день:		1537	1677,51

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

20.05.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 23 мая 2022 года**

Возрастная категория: *от 3 х - 7 лет*

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша геркулесовая молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток на молоке	160	116,5
Итого на завтрак		400	532,54
обед	Свекольник со сметаной	170	250,85
	Оладьи из печени в сливочном соусе	70/20	121,61
	Макароны отварные	130	126,3
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	160	116,5
Итого за обед		625	796,86
полдник	Пряник	20	120,10
	Какао на молоке	190	145,80
	Йогурт	100	153,5
Итого за полдник		320	410,1
ужин	Ленивые вареники со сгущённым молоком	170/20	299,90
	Чай с лимоном	160	116,5
	Апельсин	100	49
Итого за ужин		450	475,40
Итого за день:		1685	1769,67