



**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

08.06.2022 г.

**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 09 июня 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 пшённая молочная	150	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	43,2
	Сыр	7	43,2
	Кофейный напиток с молоком	180	112,6
<b>Итого на завтрак</b>		<b>367</b>	<b>448,54</b>
обед	Суп рыбный	160	110,41
	Курица запечёная в сливочном соусе	60/20	120,61
	Каша гречневая с маслом	110	121,90
	Салат из консервированных овощей	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	150	98,52
<b>Итого за обед</b>		<b>545</b>	<b>570,19</b>
полдник	Пряник	12	140,1
	Чай на молоке	160	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>172</b>	<b>256,6</b>
ужин	Сырники из творога со стужённым молоком	160/25	285,56
	Чай с лимоном.	150	105,26
	Банан	100	46
<b>Итого за ужин</b>		<b>480</b>	<b>531,82</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1664</b>	<b>1727,15</b>

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

08.06.2022 г.

**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 09 июня 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 пшённая молочная	170	240,44
	Масло коровье сливочное	5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Сыр	7	43,2
	Кофейный напиток с молоком	160	142,6
<b>Итого на завтрак</b>		<b>396</b>	<b>459,34</b>
обед	Суп рыбный	170	150,85
	Курица запечёная в сливочном соусе	70/20	121,85
	Каша гречневая с маслом	130	125,90
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	160	102,2
<b>Итого за обед</b>		<b>635</b>	<b>679,65</b>
полдник	Пряник	20	150,10
	Чай на молоке	180	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>200</b>	<b>266,6</b>
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	170/25	299,9
	Чай с лимоном.	180	116,5
	Банан	100	46
<b>Итого за ужин</b>		<b>495</b>	<b>562,4</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1781</b>	<b>1718,09</b>