

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

22.06.2022 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 23 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	Капа пшеничная молочная	150	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	43,2
	Сыр	7	43,2
	Какао с молоком	180	112,6
Итого на завтрак		367	448,54
обед	Суп рыбный	160	110,41
	Суфле из филе кур в сливочном соусе	60/20	120,61
	Каша перловая с маслом	110	121,90
	Салат из консервированных овощей	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Напиток фруктовый	150	98,52
Итого за обед		465	510,19
полдник	Пряник	12	140,1
	Кофейный напиток	160	116,5
Итого за полдник		172	256,6
ужин	Салат из варёных овощей	160	285,56
	Чай с лимоном. Хлеб	150/25	105,26/45,2
	Груша	100	46
Итого за ужин		435	491,82
Итого за день:		1439	1527,15

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

22.06.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 23 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 пшеничная молочная	170	240,44
	Масло коровье сливочное	5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Сыр	7	43,2
	Какао с молоком	160	142,6
Итого на завтрак		367	459,34
обед	Суп рыбный	170	150,85
	Суфле из филе кур в сливочном соусе	70/20	121,85
	Каша перловая с маслом	130	125,90
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Напиток фруктовый	160	102,2
Итого за обед		635	679,65
полдник	Пряник	20	150,10
	Кофейный напиток	180	116,5
Итого за полдник		200	266,6
ужин	Салат из варёных овощей	170	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	180/25	116,5/45,2
	Груша	100	46
Итого за ужин		475	562,4
Итого за день:		1677	1718,09