

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ детский сад
 «Золотая рыбка»
 Ю.О.Каргина
 30.06.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 на 01 июля 2022 года**

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

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша ячневая молочная	160	239,44
	Масло коровье сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Сыр	7	45,2
	Какао на молоке	180	116,6
	Итого на завтрак		372
обед	Суп «Рассольник»	160	150,85
	Котлета мясная в томатном соусе	60/20	121,85
	Гречка отварная	110	125,90
	Салат из свежих овощей	50	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	180	102,2
Итого за обед		575	629,65
полдник	Печенье	12	110,20
	Чай на молоке	180	116,5
Итого за полдник		162	226,7
ужин	Запеканка творожная со сгущенным молоком	160	299,9
	Чай с лимоном	180	116,5
	Банан	100	46
	Итого за ужин		410
Итого за день:		1519	1600,10

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

30.06.2022 г.



Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 01 июля 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 ячневая молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Сыр	7	45,2
	Какао на молоке	200	116,6
	Итого на завтрак		444
обед	Суп «Рассольник»	170	150,85
	Котлета мясная в томатном соусе	70/20	121,85
	Гречка отварная	150	125,90
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	200	102,2
	Итого за обед		655
полдник	Печенье	20	130,10
	Чай на молоке	200	116,5
	Итого за полдник		180
ужин	Запеканка творожная со сгущенным молоком	180	299,9
	Чай с лимоном	200	116,5
	Банан	100	46
	Итого за ужин		440
Итого за день:		1719	1737,29