

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»

Ю. О. Каргина

05.07.2022г



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 06 июля 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 «Дружба» молочная	160	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Сыр	7	45,2
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	170	112,6
Итого на завтрак			425,54
обед	Суп с морской капустой	150	160,41
	Голубцы ленивые с мясом	160	220,61
	Салат из свежих овощей	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот «Ассорти»	170	116,50
Итого за обед			604,22
полдник	Пряник	12	110,2
	Чай с молоком	170	116,5
Итого за полдник			226,7
ужин	Рагу овощное	150	295,56
	Чай с лимоном, Хлеб	170/25	116,50/45,2
	Груша	100	49
Итого за ужин			506,26
Итого за день:			1475,65

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

05.07.2022г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 06 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 «Дружба» молочная	170	239,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Сыр	7	45,2
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	180	116,6
Итого на завтрак			429,34
обед	Суп с морской капустой	170	189,25
	Голубцы ленивые с мясом	180	231,85
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот «Ассорти»	180	116,5
Итого за обед			659,65
полдник	Пряник	20	150,10
	Чай с молоком	170	116,5
Итого за полдник			206,2
ужин	Рагу овощное	160	299,9
	Чай с лимоном, Хлеб	170/25	116,5/45,2
	Груша	100	49
Итого за ужин			510,60
Итого за день:			1629,19