

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

06.07.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 07 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 ячневая 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			448,54
обед	Суп рыбный	160	110,41
	Курица запечённая в сливочном соусе	60/20	120,61
	Каша пшеничная с маслом	110	121,90
	Салат из свежих овощей	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот грушевый	150	98,52
Итого за обед			570,19
полдник	Пряник	12	140,1
	Чай на молоке	160	116,5
Итого за полдник			176,38
ужин	Винегрет	160/20	285,56
	Чай с лимоном. Хлеб	150/25	105,26/45,2
	Апельсин	100	46
Итого за ужин			531,82
Итого за день:			1587,03

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

О.О.Каргина

06.07.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 07 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	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			459,34
обед	Суп рыбный	170	150,85
	Курица запечённая в сливочном соусе	70/20	121,85
	Каша пшеничная с маслом	130	125,90
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот грушевый	160	102,2
Итого за обед			679,65
полдник	Пряник	20	150,10
	Чай на молоке	180	116,5
Итого за полдник			246,58
ужин	Винегрет	170	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	180/25	116,5/45,2
	Апельсин	100	46
Итого за ужин			562,4
Итого за день:			1577,97