

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

08.07.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 11 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 манная 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			485,54
обед	Суп «Рассольник»	160	150,85
	Суфле из печени в сливочном соусе	60/20	121,85
	Гречка отварная	110	125,90
	Салат из консервированных овощей	50	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	180	102,2
Итого за обед			629,65
полдник	Печенье	12	110,20
	Чай на молоке	180	116,5
Итого за полдник			226,7
ужин	Запеканка творожная со сгущенным молоком	160	299,9
	Чай с лимоном	180	116,5
	Банан	100	46
Итого за ужин			431,62
Итого за день:			1600,10

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

08.07.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 11 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 манная 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	459,34
обед	Суп «Рассольник»	170	150,85
	Суфле из печени в сливочном соусе	70/20	121,85
	Гречка отварная	150	125,90
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	200	102,2
Итого за обед		655	679,65
полдник	Печенье	20	130,10
	Чай на молоке	200	116,5
Итого за полдник		180	246,60
ужин	Запеканка творожная со сгущенным молоком	180	299,9
	Чай с лимоном	200	116,5
	Банан	100	46
Итого за ужин		440	447,2
Итого за день:		1719	1737,29