

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

14.07.2022 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 15 июля 2022 года

Возрастная категория: от 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 кукурузная молочная | 150 | 178,58 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | 43,2/31,1 |
| | Какао на молоке | 160 | 112,60 |
| Итого на завтрак | | 340 | 438,54 |
| обед | Суп гречневый на курином бульоне | 180 | 190,85 |
| | Солянка сборная | 160/20 | 241,60 |
| | Салат и свежих овощей | 50 | 52,15 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 57,25 |
| | Компот из сухофруктов | 160 | 90,52 |
| Итого за обед | | 610 | 655,19 |
| полдник | Пряник | 12 | 120,1 |
| | Кофейный напиток | 160 | 112,60 |
| | | | |
| Итого за полдник | | 172 | 232,70 |
| ужин | Ленивые вареники со сгущённым молоком | 160/20 | 184,27 |
| | Чай с лимоном | 150 | 105,26 |
| | Груша | 100 | 49 |
| Итого за ужин | | 450 | 498,23 |
| Итого за день: | | 1582 | 1617,8 |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

14.07.2022 г.



Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 15 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 кукурузная молочная | 180 | 238,58 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | 43,2/51,1 |
| | Какао на молоке | 170 | 124,80 |
| Итого на завтрак | | 380 | 498,54 |
| обед | Суп гречневый на курином бульоне | 180 | 190,85 |
| | Солянка сборная | 190 | 241,60 |
| | Салат и свежих овощей | 60 | 63,09 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 57,25 |
| | Компот из сухофруктов | 160 | 71,62 |
| Итого за обед | | 610 | 755,19 |
| полдник | Пряник | 20 | 140,1 |
| | Кофейный напиток | 160 | 112,60 |
| Итого за полдник | | 180 | 252,70 |
| ужин | Ленивые вареники со сгущённым молоком | 180/20 | 214,67 |
| | Чай с лимоном | 170 | 116,50 |
| | Груша | 100 | 49 |
| Итого за ужин | | 475 | 548,23 |
| Итого за день: | | 1755 | 1819,39 |