

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

15.07.2022г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 18 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 пшеничная молочная	150	229,34
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	160	116,5
Итого на завтрак		340	402,84
обед	Борщ со сметаной	170	250,85
	Бефстроганов из печени	60/20	118,58
	Каша перловая с маслом	110	110,40
	Салат из консервированных овощей	50	65,8
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	160	116,5
Итого за обед		595	613,23
полдник	Печенье	12	90,10
	Чай с молоком	160	116,50
Итого за полдник		272	206,6
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	150/20	275,9
	Чай с лимоном	160	116,5
	Банан	100	49
Итого за ужин		435	471,4
Итого за день:		1542	1677,51

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

15.07.2022г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 18 июля 2022 года**

Возрастная категория: *от 3 х - 7 лет*

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша пшеничная молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	160	116,5
Итого на завтрак		400	532,54
обед	Борщ со сметаной	170	250,85
	Бефстроганов из печени	70/20	121,61
	Каша перловая с маслом	130	126,3
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	160	116,5
Итого за обед		625	796,86
полдник	Печенье	20	120,10
	Чай с молоком	190	145,80
Итого за полдник		210,0	265,9
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	170/20	299,90
	Чай с лимоном	160	116,5/45,2
	Банан	100	49
Итого за ужин		450	475,40
Итого за день:		1685	1769,67