

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ
детский сад «Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

03.08.2022 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 04 августа 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	180	178,58
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	45,2/31,1
	Сыр	5	43,2
	Чай с молоком	160	112,6
Итого на завтрак		375	410,68
обед	Суп рыбный	170	160,41
	Оладьи из печени в сливочном соусе	60/20	118,4
	Каша рисовая	110	90,6
	Салат из консервированных овощей	50	73,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из ягод	160	112,6
Итого за обед		485	564,7
полдник	Пряник	12	110,1
	Кисель	160	112,6
Итого за полдник		172	222,7
ужин	Макароны отварные с кабачковой икрой	160/20	299,9
	Чай с лимоном.	160/25	112,60/45,2
	Груша	100	49
Итого за ужин		495	481,36
Итого за день:		1565	1625,12

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ
детский сад «Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

03.08.2022 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 04 августа 2022 года

Возрастная категория: от 3х - 7лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша пшеничная молочная	180	238,5
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	45,2/31,1
	Сыр	7	45,2
	Чай с молоком	170	112,6
Итого на завтрак		387	436,34
обед	Суп рыбный	170	160,41
	Оладьи из печени в сливочном соусе	80/20	138,45
	Каша рисовая	130	103,1
	Салат из консервированных овощей	60	91,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из ягод	170	112,6
Итого за обед		640	679,65
полдник	Пряник	20	130,1
	Кисель	180	116,5
Итого за полдник		200	246,60
ужин	Макаронны отварные с кабачковой икрой	160/20	299,9
	Чай с лимоном.	170	116,5/45,2
	Груша	100	49
Итого за ужин		520	573,40
Итого за день:		1697	1733,19