

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»



Ю.О. Каргина  
04.08.2022 г.

**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 05 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 геркулесовая молочная	160	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	170	112,6
<b>Итого на завтрак</b>		<b>360</b>	<b>425,54</b>
обед	Суп гречневый	150	160,41
	Тефтели мясные в томатном соусе	160	220,61
	Салат из консервированных овощей	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из яблок	170	116,50
<b>Итого за обед</b>		<b>555</b>	<b>604,22</b>
полдник	Оладьи с джемом	40	110,2
	Кофейный напиток с молоком	170	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>210</b>	<b>280,20</b>
ужин	Омлет с кукурузой	150/20	295,56
	Чай с лимоном. Хлеб	170/25	116,50
	Банан	100	49
<b>Итого за ужин</b>		<b>490</b>	<b>506,26</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1595</b>	<b>1629,15</b>

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»

Ю.О. Каргина

04.08.2022г.



**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 05 августа 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 геркулесовая молочная	170	239,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	180	116,6
<b>Итого на завтрак</b>		<b>380</b>	<b>429,34</b>
обед	Суп гречневый	170	189,25
	Тефтели мясные в томатном соусе	180	231,85
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из яблок	180	116,5
<b>Итого за обед</b>		<b>605</b>	<b>659,65</b>
полдник	Оладьи с джемом	40	150,10
	Кофейный напиток	170	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>210</b>	<b>259,7</b>
ужин	Омлет с кукурузой	160/20	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	170/25	116,5
	Банан	100	49
<b>Итого за ужин</b>		<b>500</b>	<b>510,60</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1757</b>	<b>1782,59</b>