

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
Ю.О.Каргина



23.08.2022 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 24 августа 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
	Кофейный напиток	180	116,6
Итого на завтрак		377	485,54
обед	Суп гороховый с гречками	160	150,85
	Бефстроганов из филе кур	60/20	121,85
	Каша рисовая с маслом	110	125,90
	Салат из свежих овощей	50	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из ягод	180	102,2
Итого за обед		605	679,65
полдник	Оладьи с джемом	40	110,20
	Чай на молоке	160	116,5
Итого за полдник		200	256,7
ужин	Винегрет	160	299,9
	Чай с лимоном, Хлеб	180/25	116,5
	Яблоко	100	46
Итого за ужин		465	516,22
Итого за день:		1635	1700,10

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
Ю.О.Каргина
23.08.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 24 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 манная молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	170	116,6
Итого на завтрак		384	459,34
обед	Суп гороховый с гречками	170	150,85
	Бефстроганов из филе кур	70/20	121,85
	Каша рисовая с маслом	120	125,90
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из ягод	170	102,2
Итого за обед		635	679,65
полдник	Оладьи с джемом	40	130,10
	Чай на молоке	160	116,5
Итого за полдник		200	276,60
ужин	Винегрет	180	299,9
	Чай с лимоном, Хлеб	170/25	116,5
	Яблоко	100	46
Итого за ужин		475	547,2
Итого за день:		1679	1737,20