

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

26.08.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 29 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 кукурузная молочная	150	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	43,2
	Сыр	7	43,2
	Какао с молоком	180	112,6
Итого на завтрак		367	448,54
обед	Щи со сметаной	160	110,41
	Котлета мясная в томатном соусе	60/20	120,61
	Каша пшённая с маслом	110	121,90
	Салат из консервированных овощей	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот « Ассорти »	150	98,52
Итого за обед		465	510,19
полдник	Печенье	12	140,1
	Кофейный напиток	160	116,5
Итого за полдник		172	256,6
ужин	Рагу из кабачков	160	285,56
	Чай с лимоном. Хлеб	150/25	105,26/45,2
	Банан	100	46
Итого за ужин		435	491,82
Итого за день:		1439	1527,15

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 Ю.О.Каргина
 26.08.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 на 29 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 кукурузная молочная	170	240,44
	Масло коровье сливочное	5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Сыр	7	43,2
	Какао с молоком	160	142,6
Итого на завтрак		367	459,34
обед	Щи со сметаной	170	150,85
	Котлета мясная в томатном соусе	70/20	121,85
	Каша пшённая с маслом	130	125,90
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот « Ассорти »	160	102,2
Итого за обед		635	679,65
полдник	Печенье	20	150,10
	Кофейный напиток	180	116,5
Итого за полдник		200	266,6
ужин	Рагу из кабачков	170	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	180/25	116,5/45,2
	Банан	100	46
Итого за ужин		475	562,4
Итого за день:		1677	1718,09