

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

29.08.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 30 августа 2022 года**

Возрастная категория: *от 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	178,58
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	43,2/31,1
	Чай на молоке	160	112,60
Итого на завтрак		340	438,54
обед	Суп рыбный	180	190,85
	Пельмени мясные с маслом	160/20	241,60
	Салат и свежих овощей	50	52,15
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Напиток фруктовый	160	90,52
Итого за обед		610	655,19
полдник	Пряник	12	120,1
	Кофейный напиток	160	112,60
Итого за полдник		172	232,70
ужин	Омлет с зелёным горошком	160/20	184,27
	Чай с лимоном, Хлеб	150/25	105,26/31,1
	Груша	100	49
Итого за ужин		475	518,23
Итого за день:		1582	1617,8

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

29.08.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 30 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 пшеничная молочная	180	238,58
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	43,2/51,1
	Чай на молоке	170	124,80
Итого на завтрак		380	498,54
обед	Суп рыбный	180	190,85
	Пельмени мясные с маслом	190	241,60
	Салат и свежих овощей	60	63,09
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Напиток фруктовый	160	71,62
Итого за обед		610	755,19
полдник	Пряник	20	140,1
	Кофейный напиток	160	112,60
Итого за полдник		180	252,70
ужин	Омлет с зелёным горошком	180/20	214,67
	Чай с лимоном , Хлеб	170/25	116,50/31,1
	Груша	100	49
Итого за ужин		500	548,23
Итого за день:		1755	1819,39