

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

30.08.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 31 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
	Сыр	5	43,2
	Кофейный напиток	180	116,6
Итого на завтрак		377	485,54
обед	Свекольник со сметаной	160	150,85
	Курица запечённая в сливочном соусе	60/20	121,85
	Пюре картофельное	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	Вафли	40	110,20
	Чай на молоке	160	116,5
Итого за полдник		200	256,7
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	160/25	299,9
	Чай с лимоном	180	116,5
	Апельсин	100	46
Итого за ужин		465	516,22
Итого за день:		1635	1700,10

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»



Ю.О.Каргина
30.08.2022 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 31 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
	Сыр	7	45,2
	Кофейный напиток	170	116,6
Итого на завтрак		384	459,34
обед	Свекольник со сметаной	170	150,85
	Курица запеченная в сливочном соусе	70/20	121,85
	Пюре картофельное	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	Вафли	40	130,10
	Чай на молоке	160	116,5
Итого за полдник		200	276,60
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	180/25	299,9
	Чай с лимоном	170	116,5
	Апельсин	100	46
Итого за ужин		475	547,2
Итого за день:		1679	1737,20