

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

02.09.2022г.



Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 05 сентября 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	229,34
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	160	116,5
<b>Итого на завтрак</b>		<b>340</b>	<b>402,84</b>
обед	Борщ со сметаной	170	250,85
	Гуляш из говядины	60/20	118,58
	Макароны отварные	110	110,40
	Салат из консервированных овощей	50	65,8
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	160	116,5
<b>Итого за обед</b>		<b>595</b>	<b>613,23</b>
полдник	Вафли	12	90,10
	Какао с молоком	160	116,50
<b>Итого за полдник</b>		<b>172</b>	<b>206,6</b>
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	150/25	275,9
	Чай с лимоном	160	116,5
	Груша	100	49
<b>Итого за ужин</b>		<b>435</b>	<b>471,4</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1542</b>	<b>1677,51</b>

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

02.09.2022г.



**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 05 сентября 2022 года**

Возрастная категория: от 3 х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша кукурузная молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	160	116,5
<b>Итого на завтрак</b>		<b>400</b>	<b>532,54</b>
обед	Борщ со сметаной	170	250,85
	Гуляш из говядины	70/20	121,61
	Макароны отварные	130	126,3
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	160	116,5
<b>Итого за обед</b>		<b>625</b>	<b>796,86</b>
полдник	Вафли	20	120,10
	Какао с молоком	190	145,80
<b>Итого за полдник</b>		<b>210,0</b>	<b>265,9</b>
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	170/20	299,90
	Чай с лимоном	160	116,5/45,2
	Груша	100	49
<b>Итого за ужин</b>		<b>450</b>	<b>475,40</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1685</b>	<b>1769,67</b>