

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

16.09.2022г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 19 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 пшённая молочная	150	229,34
	Масло коровье сливочное , сыр	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	160	116,5
Итого на завтрак		347	402,84
обед	Рассольник со сметаной	170	250,85
	Гуляш из индейки	60/20	118,58
	Макароны отварные	110	110,40
	Салат из консервированных овощей	50	65,8
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из ягод	160	116,5
Итого за обед		595	613,23
полдник	Пряник	12	90,10
	Какао с молоком	160	116,50
Итого за полдник		172	206,6
ужин	Манные биточки со сгущённым молоком	150/20	275,9
	Чай с лимоном	160	116,5
	Апельсин	100	49
Итого за ужин		430	471,4
Итого за день:		1542	1677,51

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

16.09.2022г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 19 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 пшённая молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное , сыр	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	160	116,5
Итого на завтрак		407	532,54
обед	Рассольник со сметаной	170	250,85
	Гуляш из индейки	70/20	121,61
	Макароны отварные	130	126,3
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из ягод	160	116,5
Итого за обед		625	796,86
полдник	Пряник	20	120,10
	Какао с молоком	190	145,80
Итого за полдник		210,0	265,9
ужин	Маннe биточки со сгущённым молоком	170/20	299,90
	Чай с лимоном	160	116,5
	Апельсин	100	49
Итого за ужин		450	475,40
Итого за день:		1685	1769,67