

УТВЕРЖДАЮ
И.о.заведующего МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
Ж.В.Гвоздюк



08.11.2022 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 09 ноября 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 «Дружба» молочная	200	239,44
	Масло коровье сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Сыр	7	45,2
	Кофейный напиток	200	116,6
Итого на завтрак			459,34
обед	Суп гороховый с гречками	200/20	150,85
	Картофель запеченный с мясом	200	247,75
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Компот «Ассорти»	200	102,2
Итого за обед			679,65
полдник	Булочка с сахаром	80	130,10
	Какао с молоком	200	116,5
Итого за полдник			346,60
ужин	Рагу овощное	180	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	200/25	116,5/45,2
	Банан	100	46
Итого за ужин			492,40
Итого за день:			1782,49