

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ж.В.Твоздюк

15.11.2022г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 16 ноября 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 ячневая молочная	150	178,44
	Масло коровье сливочное порционное	5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Сыр	5	45,2
	Какао на молоке	160	122,6
Итого на завтрак		345	439,34
обед	Суп гречневый	170	170,85
	Солянка сборная	180	224,85
	Салат из свежих овощей	50	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Напиток фруктовый	170	90,52
Итого за обед		595	619,35
полдник	Вафли	12	120,10
	Чай на молоке	160	110,5
Итого за полдник		172	230,6
ужин	Картофель отварной, Сельдь с зелёным горошком	160/20	279,9
	Чай с лимоном, Хлеб	150/25	116,5/45,2
	Груша, Мармелад	100	49
Итого за ужин		430	475,4
Итого за день:		1537	1612,99

