

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ
 детский сад «Золотая рыбка»
 детский сад
 «Золотая рыбка» Ж.В. Гвозднюк
 16.11.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 на 17 ноября 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	180	178,58
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	45,2/31,1
	Сыр	5	43,2
	Кофейный напиток	160	112,6
Итого на завтрак		375	410,68
обед	Суп рыбный	170	160,41
	Курица запечённая в сливочном соусе	60/20	118,4
	Макароны отварные с маслом	110	90,6
	Салат из свежих овощей	50	73,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот « Ассорти »	160	112,6
Итого за обед		485	564,7
полдник	Пряник	12	110,1
	Кисель	160	112,6
Итого за полдник		172	222,7
ужин	Гречка тушёная с мясом и овощами	160/20	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	160	112,60
	Яблоко	100	49
Итого за ужин		495	481,36
Итого за день:		1565	1625,12



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 17 ноября 2022 года**

Возрастная категория: от 3х - 7лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша пшённая молочная	180	238,5
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	45,2/31,1
	Сыр	7	45,2
	Кофейный напиток	170	112,6
Итого на завтрак		387	436,34
обед	Суп рыбный	170	160,41
	Курица запечённая в сливочном соусе	80/20	138,45
	Макароны отварные с маслом	130	103,1
	Салат из свежих овощей	60	91,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот « Ассорти »	170	112,6
Итого за обед		640	679,65
полдник	Пряник	20	130,1
	Кисель	180	116,5
Итого за полдник		200	246,60
ужин	Гречка тушёная с мясом и овощами	160	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	170/25	116,5
	Яблоко	100	49
Итого за ужин		525	573,40
Итого за день:		1697	1733,19