

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
Ж.В.Твоздюк

17.11.2022 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 18 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 геркулесовая молочная	150	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	43,2
	Чай с молоком	180	112,6
Итого на завтрак		360	448,54
обед	Суп с клёцками	160	110,41
	Гуляш из говядины	60/20	120,61
	Каша перловая с маслом	110	121,90
	Салат из свежих овощей	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Напиток фруктовый	150	98,52
Итого за обед		575	670,19
полдник	Печенье	12	140,1
	Какао с молоком	160	116,5
	Йогурт	100	153,1
Итого за полдник		272	396,70
ужин	Салат из варёных овощей	160	285,56
	Чай с лимоном. Хлеб	150/25	105,26/45,2
	Банан	100	46
Итого за ужин		455	531,82
Итого за день:		1619	1679,03

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ детский сад
 «Золотая рыбка»
 Ж.В.Гвоздюк
 17.11.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 на 18 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 геркулесовая молочная	170	240,44
	Масло коровье сливочное	5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	180	142,6
Итого на завтрак		380	459,34
обед	Суп с клёцками	170	150,85
	Гуляш из говядины	60/20	121,85
	Каша перловая с маслом	120	125,90
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Напиток фруктовый	180	102,2
Итого за обед		625	679,65
полдник	Печенье	20	150,10
	Какао с молоком	180	116,5
	Йогурт	100	153,1
Итого за полдник		300	419,70
ужин	Салат из варёных овощей	170	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	160/25	116,5/45,2
	Банан	100	46
Итого за ужин		475	512,4
Итого за день:		1698	1739,12