

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
Ж.В.Гвоздюк
23.11.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 24 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 кукурузная молочная	150	178,58
	Бутерброд с маслом сливочным , сыр	25/5	51,1/43,2
	Какао на молоке	160	112,60
Итого на завтрак		340	385,48
обед	Суп рыбный	170	190,85
	Плов	160/20	241,60
	Салат из консервированных овощей	50	52,15
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Компот из сухофруктов	160	90,52
Итого за обед		590	655,19
полдник	Печенье	12	120,10
	Кисель	160	112,60
Итого за полдник		172	232,70
ужин	Макароны отварные с кабачковой икрой	160/20	279,27
	Чай с лимоном	150	115,26
	Апельсин	100	49
Итого за ужин		430	453,26
Итого за день:		1565	1617,8

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ детский сад
 «Золотая рыбка»
 Ж.В.Гвоздюк
 23.11.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 на 24 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 кукурузная молочная	180	238,58
	Бутерброд с маслом сливочным , сыр	25/5	43,2/51,1
	Какао на молоке	170	115,80
Итого на завтрак		380	498,54
обед	Суп рыбный	180	190,85
	Плов	190	241,60
	Салат из консервированных овощей	60	63,09
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Компот из сухофруктов	160	114,62
Итого за обед		610	755,19
полдник	Печенье	20	140,10
	Кисель	160	112,60
Итого за полдник		180	252,70
ужин	Макароны отварные с кабачковой икрой	180/20	299,67
	Чай с лимоном	160	114,62
	Апельсин	100	49
Итого за ужин		460	475,69
Итого за день:		1630	1719,39