

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»

Ж.В. Гвоздюк

29.12.2021 г.

**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 30 декабря 2021 года**

Возрастная категория: 1 года 6 месяцев – 3х лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша ячневая молочная	150	229,44
	Масло коровье сливочное порционное	18	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	20	43,2
	Кофейный напиток с молоком	180	112,6
<b>Итого на завтрак</b>		<b>368</b>	<b>485,54</b>
обед	Щи со сметаной	150	110,41
	Тефтели мясные в томатном соусе	160	120,61
	Огурец солёный	50	61,5
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Напиток фруктовый	150	98,52
<b>Итого за обед</b>		<b>540</b>	<b>610,19</b>
полдник	Печенье	12	140,1
	Какао с молоком	170	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>182</b>	<b>249,7</b>
ужин	Макаронны отварные с сыром	160/20	185,56
	Чай с лимоном	150	105,26
<b>Итого за ужин</b>		<b>330</b>	<b>354,52</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1542</b>	<b>1589,95</b>

**УТВЕРЖДАЮ**  
 Заведующий МБДОУ детский сад  
 «Золотая рыбка»  
 Ж.В.Гвоздюк  
 29.12.2021г..



**Ежедневное меню основного питания  
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
 на 30 декабря 2021 года**

**Возрастная категория: от 3х – 7 лет**

**Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов**

<b>Прием пищи</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Вес блюда</b>	<b>Энергетическая ценность</b>
завтрак	Каша ячневая молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное порционное	20	51,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	30	45,2
	Кофейный напиток с молоком	180	116,6
<b>Итого на завтрак</b>		<b>417</b>	<b>429,34</b>
обед	Щи со сметаной	170	150,85
	Тефтели мясные в томатном соусе	180	121,85
	Огурец солёный	60	81,6
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Напиток фруктовый	170	102,2
<b>Итого за обед</b>		<b>610</b>	<b>659,65</b>
полдник	Печенье	20	150,10
	Какао с молоком	170	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>190</b>	<b>259,7</b>
ужин	Макароны отварные с сыром	180/20	299,9
	Чай с лимоном	170	116,5
<b>Итого за ужин</b>		<b>370</b>	<b>412,40</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1687</b>	<b>1752,59</b>