

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ж.В.Гвоздюк

20.12.2022г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 21 декабря 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 пшеничная молочная	150	229,34
	Масло коровье сливочное , сыр	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	160	116,5
Итого на завтрак		347	402,84
обед	Щи со сметаной	170	250,85
	Суфле из филе кур в сливочном соусе	60/20	118,58
	Пюре гороховое с маслом	110	110,40
	Салат из свежих овощей	50	65,8
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот « Ассорти »	160	116,5
Итого за обед		595	613,23
полдник	Вафли	12	90,10
	Чай с молоком	160	116,50
Итого за полдник		172	206,6
ужин	Запеканка манная со сгущённым молоком	150/20	275,9
	Чай с лимоном .	160	116,5
	Банан	100	49
Итого за ужин		430	471,4
Итого за день:		1542	1677,51

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ж.В.Гвоздюк

20.12.2022г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 21 декабря 2022 года**

Возрастная категория: *от 3 х - 7 лет*

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша пшеничная молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное, сыр	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	160	116,5
Итого на завтрак		407	532,54
обед	Щи со сметаной	170	250,85
	Суфле из филе кур в сливочном соусе	70/20	121,61
	Пюре гороховое с маслом	130	126,3
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот « Ассорти »	160	116,5
Итого за обед		625	796,86
полдник	Вафли	20	120,10
	Чай с молоком	190	145,80
Итого за полдник		210,0	265,9
ужин	Запеканка манная со сгущённым молоком	170/20	299,90
	Чай с лимоном .	160	116,5
	Банан	100	49
Итого за ужин		450	475,40
Итого за день:		1685	1769,67