

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ детский сад
 «Золотая рыбка»
 Ж.В.Гвоздюк
 30.12.2022 г.

**Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 на 09 января 2023 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 ячневая молочная | 150 | 229,44 |
| | Масло коровье сливочное | 5 | 31,1 |
| | Хлеб пшеничный высшего сорта | 25 | 45,2 |
| | Какао на молоке | 170 | 116,5 |
| Итого на завтрак | | 350 | 422,24 |
| обед | Суп с клёцками | 150 | 210,41 |
| | Плов | 180 | 171,85 |
| | Салат из консервированных овощей | 50 | 61,5 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 45,2 |
| | Компот из ягод | 170 | 116,5 |
| | | | |
| Итого за обед | | 575 | 605,46 |
| полдник | Вафли | 12 | 140,1 |
| | Чай на молоке | 170 | 116,5 |
| Итого за полдник | | 182 | 256,6 |
| ужин | Макароны отварные с кабачковой икрой | 160/20 | 259,56 |
| | Чай с лимоном | 170 | 116,5 |
| | Яблоко | 100 | 49 |
| Итого за ужин | | 450 | 496,52 |
| Итого за день: | | 1557 | 1680,82 |

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
Ж.В.Гвоздюк
30.12.2022г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 09 января 2023 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 ячневая молочная | 170 | 239,44 |
| | Масло коровье сливочное | 5 | 31,1 |
| | Хлеб пшеничный высшего сорта | 25 | 45,2 |
| | Какао на молоке | 180 | 116,6 |
| Итого на завтрак | | 380 | 499,34 |
| обед | Суп с клёцками | 170 | 240,85 |
| | Плов | 180 | 191,24 |
| | Салат из консервированных овощей | 60 | 81,6 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 45,2 |
| | Компот из ягод | 170 | 102,2 |
| Итого за обед | | 605 | 659,65 |
| полдник | Вафли | 20 | 150,18 |
| | Чай на молоке | 170 | 116,5 |
| Итого за полдник | | 190 | 266,68 |
| ужин | Макаронны отварные с кабачковой икрой | 180/20 | 269,9 |
| | Чай с лимоном | 170 | 116,5 |
| | Яблоко | 100 | 49 |
| Итого за ужин | | 470 | 512,40 |
| Итого за день: | | 1645 | 1732,59 |