

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

10.01.2023г.



Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 11 января 2023 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	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	160	116,5
Итого на завтрак		400	532,54
обед	Свекольник со сметаной	170	250,85
	Бефстроганов из филе кур	70/20	121,61
	Каша пшённая 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	Пряник	20	120,10
	Кофейный напиток	190	145,80
Итого за полдник		210,0	265,9
ужин	Манные биточки со сгущённым молоком	170/20	299,90
	Чай с лимоном .	160	116,5
	Груша	100	49
Итого за ужин		450	475,40
Итого за день:		1685	1769,67