

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ
детский сад «Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

02.02.2023г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 03 февраля 2023 года**

Возрастная категория: *от 3х - 7лет*

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Энергетическая ценность |
|-------------------------|------------------------------------|-------------|-------------------------|
| завтрак | Каша рисовая молочная | 180 | 238,5 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | 45,2/31,1 |
| | Сыр | 7 | 45,2 |
| | Чай с молоком | 170 | 112,6 |
| Итого на завтрак | | 387 | 436,34 |
| обед | Суп с морской капустой | 170 | 160,41 |
| | Гуляш из говядины | 80/20 | 138,45 |
| | Пюре гороховое | 130 | 103,1 |
| | Салат из консервированных овощей | 60 | 91,6 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 45,2 |
| | Компот из сухофруктов | 170 | 112,6 |
| Итого за обед | | 640 | 679,65 |
| полдник | Печенье | 20 | 130,1 |
| | Кофейный напиток | 180 | 116,5 |
| | | | |
| Итого за полдник | | 200 | 246,60 |
| ужин | Маннe биточки со сгущённым молоком | 160/20 | 299,9 |
| | Чай с лимоном | 170 | 116,5 |
| | Яблоко | 100 | 49 |
| Итого за ужин | | 520 | 573,40 |
| Итого за день: | | 1697 | 1733,19 |