

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»  
Ю.О.Каргина  
07.02.2023г.



**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 08 февраля 2023 года**

Возрастная категория: *от 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	178,44
	Масло коровье сливочное порционное	5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Сыр	5	45,2
	Чай на молоке	160	122,6
<b>Итого на завтрак</b>		<b>345</b>	<b>439,34</b>
обед	Суп гречневый	170	170,85
	Солянка сборная	180/20	224,85
	Салат из свежих овощей	50	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	170	90,52
<b>Итого за обед</b>		<b>615</b>	<b>639,35</b>
полдник	Печенье	12	120,10
	Какао на молоке	160	110,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>172</b>	<b>230,6</b>
ужин	Макароны отварные с кабачковой икрой	160/20	279,9
	Чай с лимоном	150	116,5
	Груша	100	49
<b>Итого за ужин</b>		<b>430</b>	<b>475,4</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1537</b>	<b>1612,99</b>

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

07.02.2023г.

Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 08 февраля 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 пшеничная молочная	180	214,24
	Масло коровье сливочное порционное	5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Сыр	7	45,2
	Чай на молоке	170	132,6
<b>Итого на завтрак</b>		<b>387</b>	<b>423,54</b>
обед	Суп гречневый	190	190,85
	Солянка сборная	180/20	224,85
	Салат из свежих овощей	60	91,6
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Компот из сухофруктов	170	102,52
<b>Итого за обед</b>		<b>650</b>	<b>697,12</b>
полдник	Печенье	20	130,10
	Какао на молоке	200	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>220</b>	<b>246,6</b>
ужин	Макароны отварные с кабачковой икрой	180/20	299,9
	Чай с лимоном	170	116,5/45,2
	Груша	100	49
<b>Итого за ужин</b>		<b>450</b>	<b>506,4</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1712</b>	<b>1843,61</b>