

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

09.02.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 10 февраля 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 пшённая молочная	160	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	170	112,6
<b>Итого на завтрак</b>		<b>360</b>	<b>425,54</b>
обед	Борщ со сметаной	150	160,41
	Гуляш из говядины	160	220,61
	Макароны отварные с маслом	110	110,40
	Салат из консервированных овощей	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	170	116,50
<b>Итого за обед</b>		<b>556</b>	<b>604,22</b>
полдник	Пряник	12	110,2
	Какао	170	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>182</b>	<b>226,7</b>
ужин	Ленивые вареники со сгущённым молоком	150/20	295,56
	Чай с лимоном.	170	116,50
	Яблоко.	100	49
<b>Итого за ужин</b>		<b>432</b>	<b>506,26</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1543</b>	<b>1625,64</b>

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

09.02.2023г.

Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 10 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 пшённая молочная	170	239,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	180	116,6
<b>Итого на завтрак</b>		<b>380</b>	<b>429,34</b>
обед	Борщ со сметаной	170	189,25
	Гуляш из говядины	180	231,85
	Макароны отварные с маслом	130	126,30
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	180	116,5
<b>Итого за обед</b>		<b>615</b>	<b>659,65</b>
полдник	Пряник	20	150,10
	Какао	170	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>190</b>	<b>206,2</b>
ужин	Ленивые вареники со сгущённым молоком	160/20	299,9
	Чай с лимоном.	170	116,5
	Яблоко.	100	49
<b>Итого за ужин</b>		<b>442</b>	<b>510,60</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1640</b>	<b>1729,19</b>