

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»



20.02.2023 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 21 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 ячневая молочная	150	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Сыр	7	45,2
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	170	116,5
Итого на завтрак		357	422,24
обед	Суп с клёцками	150	210,41
	Плов	180	171,85
	Салат из свежих овощей	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из ягод	170	116,5
Итого за обед		575	605,46
полдник	Пряник	12	140,1
	Чай на молоке	170	116,5
Итого за полдник		182	256,6
ужин	Рагу из кабачков	160	259,56
	Чай с лимоном. Хлеб	170/25	116,5/45,2
	Банан	100	49
Итого за ужин		455	496,52
Итого за день:		1569	1680,82

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

20.02.2023г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 21 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 ячневая молочная	170	239,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Сыр	7	45,2
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	180	116,6
Итого на завтрак		380	499,34
обед	Суп с клёцками	170	240,85
	Плов	180	191,24
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из ягод	170	102,2
Итого за обед		605	659,65
полдник	Пряник	20	150,18
	Чай на молоке	170	116,5
Итого за полдник		190	266,68
ужин	Рагу из кабачков	180	269,9
	Чай с лимоном. Хлеб	170/25	116,5/45,2
	Банан	100	49
Итого за ужин		475	512,40
Итого за день:		1657	1732,59