

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

22.02.2023г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 27 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
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	43,2
	Сыр	7	43,2
	Какао с молоком	180	112,6
Итого на завтрак		367	448,54
обед	Щи со сметаной	160	110,41
	Гуляш из филе индейки	60/20	120,61
	Макаронны отварные	110	121,90
	Салат из консервированных овощей	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	150	98,52
Итого за обед		465	510,19
полдник	Печенье	12	140,1
	Кофейный напиток	160	116,5
Итого за полдник		172	256,6
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	160/20	285,56
	Чай с лимоном.	150	105,26/45,2
	Груша	100	46
Итого за ужин		455	491,82
Итого за день:		1564	1627,15

УТВЕРЖДАЮ

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

22.02.2023г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 27 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	240,44
	Масло коровье сливочное	5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Сыр	7	43,2
	Какао с молоком	160	142,6
Итого на завтрак		367	459,34
обед	Щи со сметаной	170	150,85
	Гуляш из филе индейки	70/20	121,85
	Макароны отварные	130	125,90
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	160	102,2
Итого за обед		635	679,65
полдник	Печенье	20	150,10
	Кофейный напиток	180	116,5
Итого за полдник		200	266,6
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	170/20	299,9
	Чай с лимоном.	180	116,5/43,2
	Груша	100	46
Итого за ужин		495	562,4
Итого за день:		1677	1718,09