

УТВЕРЖДАЮ

Заведующего МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

07.03.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 09 марта 2023 года**

Возрастная категория: 1 года 6 месяцев – 3 лет
Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Энергетическая ценность |
|-------------------------|---|-------------|-------------------------|
| завтрак | Каша кукурузная молочная | 150 | 199,34 |
| | Масло коровье сливочное порционное | 5 | 31,1 |
| | Хлеб пшеничный высшего сорта , сыр | 25/5 | 45,2 |
| | Кофейный напиток с молоком | 170 | 112,6 |
| Итого на завтрак | | 365 | 469,44 |
| обед | Суп рыбный | 170 | 110,41 |
| | Суфле из филе кур в сливочном соусе | 60/20 | 111,61 |
| | Каша гречневая | 110 | 140,56 |
| | Салат из свежих овощей | 50 | 61,4 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 45,2 |
| | Компот « Ассорти » | 160 | 68,45 |
| | | | |
| Итого за обед | | 595 | 613,23 |
| полдник | Пряник | 12 | 120,10 |
| | Какао с молоком | 180 | 112,60 |
| Итого за полдник | | 192 | 285,84 |
| ужин | Сырники из творога со сгущённым молоком | 160 | 269,9 |
| | Чай с лимоном. | 150 | 115,26 |
| | Груша. Мармелад | 100/12 | 49/4,5 |
| Итого за ужин | | 425 | 487,5 |
| Итого за день: | | 1695 | 1742,67 |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

07.03.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 09 марта 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 кукурузная молочная | 180 | 240,44 |
| | Масло коровье сливочное порционное | 5 | 61,1 |
| | Хлеб пшеничный высшего сорта , сыр | 25/7 | 45,2 |
| | Кофейный напиток с молоком | 170 | 112,6 |
| Итого на завтрак | | 387 | 432,54 |
| обед | Суп рыбный | 190 | 190,85 |
| | Суфле из филе кур в сливочном соусе | 80/20 | 121,61 |
| | Каша гречневая | 130 | 161,85 |
| | Салат из свежих овощей | 60 | 91,6 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 45,2 |
| | Компот « Ассорти » | 170 | 90,52 |
| | | | |
| Итого за обед | | 675 | 751,83 |
| полдник | Пряник | 20 | 140,10 |
| | Какао с молоком | 200 | 116,50 |
| | | | |
| Итого за полдник | | 220 | 310,1 |
| ужин | Сырники из творога со сгущённым молоком | 160 | 269,90 |
| | Чай с лимоном. | 180 | 116,5 |
| | Груша. Мармелад | 100/12 | 49/4,5 |
| | | | |
| Итого за ужин | | 465 | 562,4 |
| Итого за день: | | 1760 | 1819,37 |