

УТВЕРЖДАЮ

Заведующего МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

09.03.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 10 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 манная молочная	150	199,34
	Масло коровье сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта , сыр	25/5	45,2
	Какао с молоком	170	112,6
Итого на завтрак		365	469,44
обед	Суп куриный с вермишелью	170	110,41
	Бефстроганов из печени	60/20	111,61
	Каша перловая с маслом	110	140,56
	Салат из консервированных овощей	50	61,4
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из ягод	160	68,45
Итого за обед		595	613,23
полдник	Печенье	12	120,10
	Чай с молоком	180	112,60
Итого за полдник		192	285,84
ужин	Винегрет.	160	269,9
	Чай с лимоном.	150	115,26
	Апельсин. 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

09.03.2023 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 10 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 манная молочная	180	240,44
	Масло коровье сливочное порционное	5	61,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта , сыр	25/7	45,2
	Какао с молоком	170	112,6
Итого на завтрак		387	432,54
обед	Суп куриный с вермишелью	190	190,85
	Бефстроганов из печени	80/20	121,61
	Каша перловая с маслом	130	161,85
	Салат из консервированных овощей	60	91,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из ягод	170	90,52
Итого за обед		675	751,83
полдник	Печенье	20	140,10
	Чай с молоком	200	116,50
Итого за полдник		220	310,1
ужин	Винегрет.	160	269,90
	Чай с лимоном.	180	116,5
	Апельсин. Мармелад	100/12	49/4,5
Итого за ужин		465	562,4
Итого за день:		1760	1819,37