

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ж.В.Гвоздюк

12.01.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 13 января 2022 года**

Возрастная категория: 1,6 – 3х лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша манная молочная	160	239,44
	Масло коровье сливочное порционное	20	51,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	160	116,6
Итого на завтрак		365	485,54
обед	Суп картофельный	170	150,85
	Котлета рыбная в томатном соусе	60/20	121,85
	Каша гречневая с маслом	110/5	125,90
	Салат из свеклы с черносливом	50	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из яблок	170	102,2
Итого за обед		585	629,65
полдник	Пирожок с джемом	50	150,10
	Какао с молоком	160	116,5
Итого за полдник		210	246,60
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	160/20	299,9
	Чай с лимоном	170	116,5
	Банан	100	46
Итого за ужин		530	336,82
Итого за день:		1639	1619,15

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 Ж.В Гвоздюк
 12.01.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 на 13 января 2022 года**

Возрастная категория: от 3х – 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша манная молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное порционное	20	51,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	200	116,6
Итого на завтрак		437	489,34
обед	Суп картофельный	170	150,85
	Котлета рыбная в томатном соусе	80/30	121,85
	Каша гречневая с маслом	150/5	125,90
	Салат из свеклы с черносливом	60	81,6
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Компот из яблок	200	102,2
Итого за обед		590	629,65
полдник	Пирожок с джемом	50	140,10
	Какао с молоком	180	116,5
Итого за полдник		230	266,60
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	180/20	299,9
	Чай с лимоном	180	116,5
	Банан	100	46
Итого за ужин		465	462,40
Итого за день:		1722	1799,49