

**УТВЕРЖДАЮ**  
 Заведующий МБДОУ детский сад  
 «Золотая рыбка»  
 Ю.О.Каргина  
 05.04.2023 г.

**Ежедневное меню основного питания  
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
 на 06 апреля 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	Суп молочный с вермишелью	150	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	43,2
	Чай с молоком	180	112,6
<b>Итого на завтрак</b>		<b>367</b>	<b>448,54</b>
обед	Суп рыбный	160	110,41
	Бефстроганов из филе кур	60/20	120,61
	Каша пшённая	110	121,90
	Салат из свежих овощей	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Напиток фруктовый	150	98,52
<b>Итого за обед</b>		<b>545</b>	<b>570,19</b>
полдник	Вафли	12	140,1
	Какао с молоком	160	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>172</b>	<b>216,5</b>
ужин	Картофель отварной. Сельдь с зелёным горошком	160/20	285,56
	Чай с лимоном. Хлеб	150/25	105,26/45,2
	Апельсин, Мармелад	100	46
<b>Итого за ужин</b>		<b>480</b>	<b>531,82</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1664</b>	<b>1727,15</b>


**УТВЕРЖДАЮ**  
 Заведующий МБДОУ детский сад  
 «Золотая рыбка»  
 Ю.О.Каргина  
 05.04.2023 г.

**Ежедневное меню основного питания  
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
 на 06 апреля 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	Суп молочный с вермишелью	170	240,44
	Масло коровье сливочное	5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	160	142,6
<b>Итого на завтрак</b>		<b>390</b>	<b>459,34</b>
обед	Суп рыбный	170	150,85
	Бефстроганов из филе кур	70/20	121,85
	Каша пшённая	130	125,90
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Напиток фруктовый	160	102,2
<b>Итого за обед</b>		<b>635</b>	<b>679,65</b>
полдник	Вафли	20	150,10
	Какао с молоком	180	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>200</b>	<b>286,7</b>
ужин	Картофель отварной. Сельдь с зелёным горошком	170/20	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	180/25	116,5/45,2
	Апельсин, Мармелад	100/12	46/4,5
<b>Итого за ужин</b>		<b>495</b>	<b>562,4</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1681</b>	<b>1718,09</b>