

УТВЕРЖДАЮ

Заведующего МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

07.04.2023г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 10 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	Каша манная молочная	150	229,34
	Масло коровье сливочное , сыр	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	160	116,5
Итого на завтрак		347	402,84
обед	Борщ со сметаной	170	250,85
	Гуляш из филе индейки	60/20	118,58
	Каша гречневая с маслом	110	110,40
	Салат из консервированных овощей	50	65,8
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот « Ассорти »	160	116,5
Итого за обед		595	613,23
полдник	Вафли	12	90,10
	Кофейный напиток	160	116,50
Итого за полдник		172	206,6
ужин	Ленивые вареники со сгущённым молоком	160/20	275,9
	Чай с лимоном.	170	116,5
	Груша.	100	49
Итого за ужин		450	491,4
Итого за день:		1587	1697,51

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

07.04.2023г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 10 апреля 2023 года**

Возрастная категория: *от 3 х - 7 лет*

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша манная молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное , сыр	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	160	116,5
Итого на завтрак		407	532,54
обед	Борщ со сметаной	170	250,85
	Гуляш из филе индейки	70/20	121,61
	Каша гречневая с маслом	130	126,3
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот « Ассорти »	160	116,5
Итого за обед		625	796,86
полдник	Вафли	20	120,10
	Кофейный напиток	190	145,80
Итого за полдник		210	265,9
ужин	Ленивые вареники со сгущённым молоком	170	299,90
	Чай с лимоном.	160/25	116,5
	Груша	100/12	49/4,5
Итого за ужин		475	475,40
Итого за день:		1685	1769,67