**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

10.04.2023 г.

**Ежедневное меню основного питания**
**МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»**
**на 11 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 пшеничная молочная | 150 | 229,44 |
| | Масло коровье сливочное | 5 | 31,1 |
| | Хлеб пшеничный высшего сорта | 25 | 43,2 |
| | Кофейный напиток | 150 | 112,6 |
| **Итого на завтрак** | | **337** | **386,34** |
| обед | Суп пшённый | 160 | 110,41 |
| | Котлета рыбная в томатном соусе | 60/20 | 121,61 |
| | Картофельное пюре | 110 | 100,52 |
| | Салат из свежих овощей | 50 | 91,5 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 43,2 |
| | Напиток фруктовый | 150 | 102,52 |
| | | | |
| **Итого за обед** | | **580** | **629,31** |
| полдник | Пряник | 12 | 110,1 |
| | Чай с молоком | 170 | 116,5 |
| | | | |
| **Итого за полдник** | | **182** | **246,6** |
| ужин | Рагу из кабачков | 160 | 255,9 |
| | Чай с лимоном. Хлеб | 160/25 | 105,2/43,2 |
| | Апельсин. Мармелад | 100/12 | 46 |
| | | | |
| **Итого за ужин** | | **435** | **451,46** |
| **Итого за день:** | | **1632** | **1687,12** |

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

10.04.2023 г.

**Ежедневное меню основного питания**
**МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»**
**на 11 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 | Каша пшеничная молочная | 180 | 239,44 |
| | Масло коровье сливочное | 5 | 31,1 |
| | Хлеб пшеничный высшего сорта | 25 | 43,2 |
| | Кофейный напиток | 170 | 116,5 |
| **Итого на завтрак** | | **387** | **457,34** |
| обед | Суп пшённый | 180 | 190,85 |
| | Котлета рыбная в томатном соусе | 80/20 | 131,85 |
| | Картофельное пюре | 130 | 103,1 |
| | Салат из свежих овощей | 60 | 91,6 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 43,2 |
| | Напиток фруктовый | 170 | 102,52 |
| **Итого за обед** | | **665** | **721,83** |
| полдник | Пряник | 20 | 130,1 |
| | Чай с молоком | 170 | 116,5 |
| | | | |
| **Итого за полдник** | | **190** | **276,6** |
| ужин | Рагу из кабачков | 180 | 299,9 |
| | Чай с лимоном. Хлеб | 170/25 | 116,5/43,2 |
| | Апельсин. Мармелад | 100/12 | 46 |
| | | | |
| **Итого за ужин** | | **470** | **492,4** |
| **Итого за день:** | | **1722** | **1784,29** |