

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

12.04.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 13 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 ячневая молочная	150	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	170	116,5
Итого на завтрак		350	422,24
обед	Суп гречневый	150	210,41
	Пельмени рыбные	180	171,85
	Салат из консервированных овощей	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из ягод	170	116,5
Итого за обед		575	605,46
полдник	Вафли	12	140,1
	Чай с молоком	170	116,5
Итого за полдник		182	256,6
ужин	Омлет натуральный с овощами	160/20	259,56
	Чай с лимоном. Хлеб	170/25	116,5
	Банан	100	49
Итого за ужин		475	496,52
Итого за день:		1582	1680,82

Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
Ю.О.Каргина
12.04.2023г.



Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 13 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 ячневая молочная	170	239,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	180	116,6
Итого на завтрак		380	499,34
обед	Суп гречневый	170	240,85
	Пельмени рыбные	180	191,24
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из ягод	170	102,2
Итого за обед		605	659,65
полдник	Вафли	20	150,18
	Чай с молоком	170	116,5
Итого за полдник		190	266,68
ужин	Омлет натуральный с овощами	180/20	269,9
	Чай с лимоном. Хлеб	170/25	116,5
	Банан	100	49
Итого за ужин		495	512,40
Итого за день:		1645	1732,59