

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

17.04.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 18 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	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	43,2
	Кофейный напиток	180	112,6
Итого на завтрак		367	448,54
обед	Суп куриный с вермишелью	160	110,41
	Рыба запечёная с овощами	60/20	120,61
	Каша гречневая	110	121,90
	Салат из свежих овощей	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Напиток фруктовый	150	98,52
Итого за обед		545	570,19
полдник	Печенье	12	140,1
	Чай с молоком	160	116,5
Итого за полдник		172	216,5
ужин	Омлет с овощами	160/20	285,56
	Чай с лимоном. Хлеб	150/25	105,26/45,2
	Яблоко. Мармелад	100	46
Итого за ужин			531,82
Итого за день:		1664	1727,15

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

17.04.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 18 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 манная молочная	170	240,44
	Масло коровье сливочное	5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	160	142,6
Итого на завтрак		390	459,34
обед	Суп куриный с вермишелью	170	150,85
	Рыба запечённая с овощами	70/20	121,85
	Каша гречневая	130	125,90
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Напиток фруктовый	160	102,2
Итого за обед		635	679,65
полдник	Печенье	20	150,10
	Чай с молоком	180	116,5
Итого за полдник		200	286,7
ужин	Омлет с овощами	170/20	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	180/25	116,5/45,2
	Яблоко. Мармелад	100/12	46/4,5
Итого за ужин		495	562,4
Итого за день:		1681	1718,09