

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

19.04.2023 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 20 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 геркулесовая молочная	150	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	43,2
	Чай с молоком	150	112,6
Итого на завтрак		337	386,34
обед	Суп рыбный	160	110,41
	Гуляш из филе кур	60/20	121,61
	Пюре гороховое	110	100,52
	Салат из консервированных овощей	50	91,5
	Хлеб ржаной	25	43,2
	Компот «Ассорти»	150	102,52
Итого за обед		580	629,31
полдник	Печенье	12	110,1
	Кофейный напиток	170	116,5
Итого за полдник		182	246,6
ужин	Ленивые вареники со сгущённым молоком	160	255,9
	Чай с лимоном.	160	105,2
	Яблоко	100	46
Итого за ужин		435	451,46
Итого за день:		1632	1687,12

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

19.04.2023 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 20 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 геркулесовая молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	43,2
	Чай с молоком	170	116,5
Итого на завтрак		387	457,34
обед	Суп рыбный	180	190,85
	Гуляш из филе кур	80/20	131,85
	Пюре гороховое	130	103,1
	Салат из консервированных овощей	60	91,6
	Хлеб ржаной	25	43,2
	Компот « Ассорти »	170	102,52
Итого за обед		665	721,83
полдник	Печенье	20	130,1
	Кофейный напиток	170	116,5
Итого за полдник		190	276,6
ужин	Ленивые вареники со сгущённым молоком	180	299,9
	Чай с лимоном.	170	116,5
	Яблоко	100	46
Итого за ужин		470	492,4
Итого за день:		1722	1784,29