

УТВЕРЖДАЮ



Заведующий МБДОУ
детский сад «Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

25.04 2023г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 26 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 кукурузная молочная | 180 | 178,58 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | 45,2/31,1 |
| | Сыр | 5 | 43,2 |
| | Чай с молоком | 160 | 112,6 |
| Итого на завтрак | | 375 | 410,68 |
| обед | Свекольник со сметаной | 170 | 160,41 |
| | Суфле из филе кур | 60/20 | 118,4 |
| | Каша рисовая | 110 | 90,6 |
| | Салат из свежих овощей | 50 | 73,6 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 45,2 |
| | Компот из ягод | 160 | 112,6 |
| Итого за обед | | 485 | 564,7 |
| полдник | Пряник | 12 | 110,1 |
| | Какао с молоком | 160 | 112,6 |
| Итого за полдник | | 172 | 222,7 |
| ужин | Омлет с овощами | 160/20 | 299,9 |
| | Чай с лимоном. | 160 | 112,60 |
| | Яблоко. Мармелад. | 100 | 49/4,5 |
| Итого за ужин | | 465 | 481,36 |
| Итого за день: | | 1625 | 1697,44 |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ
детский сад «Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

26.04.2023г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 26 апреля 2023 года

Возрастная категория: от 3х - 7лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Энергетическая ценность |
|-------------------------|------------------------------|-------------|-------------------------|
| завтрак | Каша кукурузная молочная | 180 | 238,5 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | 45,2/31,1 |
| | Сыр | 7 | 45,2 |
| | Чай с молоком | 170 | 112,6 |
| Итого на завтрак | | 387 | 496,34 |
| обед | Свекольник со сметаной | 170 | 160,41 |
| | Суфле из филе кур | 80/20 | 138,45 |
| | Каша рисовая с маслом | 130 | 103,1 |
| | Салат из свежих овощей | 60 | 91,6 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 45,2 |
| | Компот из ягод | 170 | 112,6 |
| Итого за обед | | 640 | 679,65 |
| полдник | Пряник | 20 | 130,1 |
| | Какао с молоком | 180 | 116,5 |
| | | | |
| Итого за полдник | | 200 | 246,60 |
| ужин | Омлет с овощами | 160/25 | 299,9 |
| | Чай с лимоном. | 170 | 116,5 |
| | Яблоко. Мармелад. | 100 | 49/4,5 |
| Итого за ужин | | 475 | 510,60 |
| Итого за день: | | 1732 | 1793,19 |