

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

11.05.2023 г.

Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 12 мая 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	43,2
	Кофейный напиток	150	112,6
<b>Итого на завтрак</b>		<b>337</b>	<b>386,34</b>
обед	Суп с морской капустой	160	110,41
	Суфле из филе кур	60/20	121,61
	Каша рисовая с маслом	110	100,52
	Салат из свежих овощей	50	91,5
	Хлеб ржаной	25	43,2
	Компот из сухофруктов	150	102,52
<b>Итого за обед</b>		<b>580</b>	<b>629,31</b>
полдник	Пряник	12	110,1
	Чай с молоком	170	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>182</b>	<b>246,6</b>
ужин	Винегрет	160	255,9
	Чай с лимоном . Хлеб	160/25	105,2
	Апельсин. Мармелад	100/12	46/4,5
<b>Итого за ужин</b>		<b>445</b>	<b>491,46</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1544</b>	<b>1687,12</b>

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

11.05.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 12 мая 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	180	239,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	43,2
	Кофейный напиток	170	116,5
<b>Итого на завтрак</b>		<b>387</b>	<b>457,34</b>
обед	Суп с морской капустой	180	190,85
	Суфле из филе кур	80/20	131,85
	Каша рисовая с маслом	130	103,1
	Салат из свежих овощей	60	91,6
	Хлеб ржаной	25	43,2
	Компот из сухофруктов	170	102,52
<b>Итого за обед</b>		<b>665</b>	<b>721,83</b>
полдник	Пряник	20	130,1
	Чай с молоком	170	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>190</b>	<b>276,6</b>
ужин	Винегрет	180	299,9
	Чай с лимоном . Хлеб	170/25	116,5
	Апельсин. Мармелад	100/12	46/4,5
<b>Итого за ужин</b>		<b>475</b>	<b>492,4</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1718</b>	<b>1784,29</b>