УТВЕРЖДАЮ

Заведующего МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

12.05.2023г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 15 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 рисовая молочная	150	229,34
	Масло коровье сливочное , сыр	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	160	116,5
Итого на завтрак		**347**	**402,84**
обед	Щи со сметаной	170	250,85
	Гуляш из филе индейки	60/20	118,58
	Макароны отварные	110	110,40
	Салат из консервированных овощей	50	65,8
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	160	116,5
Итого за обед		**595**	**613,23**
полдник	Вафли	12	90,10
	Кофейный напиток	160	116,50
Итого за полдник		**172**	**206,6**
ужин	Манные биточки со сгущённым молоком	160/20	275,9
	Чай с лимоном.	170	116,5
	Груша	100/12	49/4,5
Итого за ужин		**462**	**491,4**
Итого за день:		**1599**	**1697,51**

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

12.05.2023г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 15 мая 2023 года

Возрастная категория: ***от 3 х - 7 лет***
Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 **часов**

Приём пищи	**Наименование блюда**	**Вес блюда**	**Энергетическая ценность**
завтрак	Каша рисовая молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное , сыр	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	160	116,5
Итого на завтрак		**407**	**532,54**
обед	Щи со сметаной	170	250,85
	Гуляш из филе индейки	70/20	121,61
	Макароны отварные	130	126,3
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	160	116,5
Итого за обед		**625**	**796,86**
полдник	Вафли	20	120,10
	Кофейный напиток	190	145,80
Итого за полдник		**210**	**265,9**
ужин	Манные биточки со сгущённым молоком	170/20	299,90
	Чай с лимоном.	160	116,5
	Груша	100/12	49/4,5
Итого за ужин		**475**	**475,40**
Итого за день:		**1685**	**1769,67**