

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
Ю.О.Каргина
17.05.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 18 мая 2023 года**

Возрастная категория: *от 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	178,58
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	51,1
	Сыр	7	43,2
	Какао на молоке	160	112,6
Итого на завтрак		340	438,54
обед	Суп рыбный	180	190,85
	Плов	160/20	241,60
	Салат из консервированных овощей	50	52,15
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Компот из сухофруктов	160	90,52
Итого за обед		610	655,19
полдник	Оладьи с джемом	40	120,1
	Кофейный напиток	160	112,60
Итого за полдник		200	232,70
ужин	Рагу из кабачков.	160	184,27
	Чай с лимоном. Хлеб	150/25	105,26/45,2
	Яблоко. Мармелад	100/12	49/4,5
Итого за ужин		447	498,23
Итого за день:		1599	1617,8

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»



Ю.О.Каргина
17.05.2023 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 18 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	240,44
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	51,1
	Сыр	7	43,2
	Какао на молоке	190	142,60
Итого на завтрак		407	518,54
обед	Суп рыбный	180	190,85
	Плов	190	241,60
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Компот из сухофруктов	170	112,52
Итого за обед		630	685,19
полдник	Оладьи с джемом	50	120,1
	Кофейный напиток	180	111,60
Итого за полдник		230	271,40
ужин	Рагу из кабачков.	180	184,27
	Чай с лимоном. Хлеб	170/25	105,26/43,2
	Яблоко. Мармелад	100/12	49/4,5
Итого за ужин		495	518,23
Итого за день:		1762	1897,12