

УТВЕРЖДАЮ

Заведующего МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»  
Ю.О.Каргина  
19.05.2023г.



**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 22 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 манная 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
<b>Итого на завтрак</b>		<b>347</b>	<b>402,84</b>
обед	Щи со сметаной	170	250,85
	Суфле из филе кур	60/20	118,58
	Каша пшённая с маслом	110	110,40
	Салат из консервированных овощей	50	65,8
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	160	116,5
<b>Итого за обед</b>		<b>595</b>	<b>613,23</b>
полдник	Вафли	12	90,10
	Кофейный напиток	160	116,50
<b>Итого за полдник</b>		<b>172</b>	<b>206,6</b>
ужин	Салат из варёных овощей	160/20	275,9
	Чай с лимоном. Хлеб	170	116,5
	Апельсин. Мармелад	100/12	49/4,5
<b>Итого за ужин</b>		<b>462</b>	<b>491,4</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1599</b>	<b>1697,51</b>

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»  
Ю.О.Каргина  
19.05.2023г.



**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 22 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 манная 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
<b>Итого на завтрак</b>		<b>407</b>	<b>532,54</b>
обед	Щи со сметаной	170	250,85
	Суфле из филе кур	70/20	121,61
	Каша пшённая с маслом	130	126,3
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	160	116,5
<b>Итого за обед</b>		<b>625</b>	<b>796,86</b>
полдник	Вафли	20	120,10
	Кофейный напиток	190	145,80
<b>Итого за полдник</b>		<b>210</b>	<b>265,9</b>
ужин	Салат из варёных овощей	170	299,90
	Чай с лимоном. Хлеб	160/25	116,5
	Апельсин. Мармелад	100/12	49/4,5
<b>Итого за ужин</b>		<b>475</b>	<b>475,40</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1685</b>	<b>1769,67</b>