

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад



Ю.О. Каргина

05.07.2023 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 06 июля 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 кукурузная молочная	150	178,58
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	43,2/31,1
	Чай с молоком	160	112,60
Итого на завтрак		347	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 ягод	160	90,52
Итого за обед		610	655,19
полдник	Пряник	12	120,1
	Кофейный напиток	160	112,60
Итого за полдник		172	232,70
ужин	Винегрет	160	184,27
	Чай с лимоном. Хлеб	150/25	105,26/43,2
	Груша. Мармелад	100/12	49/4,5
Итого за ужин		435	498,23
Итого за день:		1562	1617,8

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

05.07.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 06 июля 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 кукурузная молочная	180	238,58
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	43,2/51,1
	Чай с молоком	170	124,80
Итого на завтрак		380	498,54
обед	Суп рыбный	180	190,85
	Плов	190	241,60
	Салат из консервированных овощей	60	63,09
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Компот из ягод	160	71,62
Итого за обед		610	755,19
полдник	Пряник	20	140,1
	Кофейный напиток	160	112,60
Итого за полдник		180	252,70
ужин	Винегрет	180/20	214,67
	Чай с лимоном. Хлеб	170	116,50
	Груша. Мармелад	100/12	49/4,5
Итого за ужин		450	548,23
Итого за день:		1750	1819,39