

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

18.07.2023г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 19 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 ячневая молочная	150	178,44
	Масло коровье сливочное порционное,	5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	160	122,6
Итого на завтрак		345	459,34
обед	Суп с клёцками	150	170,85
	Солянка сборная	160	224,85
	Салат из свежих овощей	50	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	170	90,52
Итого за обед		565	619,35
полдник	Пряник	12	120,10
	Кофейный напиток	160	110,5
Итого за полдник		172	231
ужин	Макароны отварные с кабачковой икрой	160/20	199,9
	Чай с лимоном.	170	116,5/45,2
	Яблоко. Мармелад	100/12	46/4,5
Итого за ужин		450	505,60
Итого за день:		1567	1659,49

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

18.07.2023г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 19 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 ячневая молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное порционное,	5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	170	132,6
Итого на завтрак		380	459,34
обед	Суп с клёцками	190	190,85
	Солянка сборная	180	224,85
	Салат из свежих овощей	60	91,6
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Компот из сухофруктов	170	102,52
Итого за обед		630	659,65
полдник	Пряник	20	150,10
	Кофейный напиток	200	116,5
Итого за полдник		220	266,60
ужин	Макароны отварные с кабачковой икрой	180/25	299,9
	Чай с лимоном.	170	116,5/45,2
	Яблоко. Мармелад	100/12	46/4,5
Итого за ужин		475	510,10
Итого за день:		1742	1779,4