

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

19.07.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 20 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, сыр	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 « Ассорти »	160	90,52
Итого за обед		610	655,19
полдник	Вафли	12	120,1
	Какао с молоком	160	112,60
Итого за полдник		172	232,70
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	160/20	184,27
	Чай с лимоном.	150	105,26/43,2
	Груша. Мармелад	100/12	49/4,5
Итого за ужин		430	498,23
Итого за день:		1562	1617,8

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина
19.07.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 20 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, сыр	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 « Ассорти »	160	71,62
Итого за обед		610	755,19
полдник	Вафли	20	140,1
	Какао с молоком	160	112,60
Итого за полдник		180	252,70
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	180/25	214,67
	Чай с лимоном.	170	116,50
	Груша. Мармелад	100/12	49/4,5
Итого за ужин		455	548,23
Итого за день:		1750	1819,39