

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
Ю.О.Каргина
18.09.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 19 сентября 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 пшеничная молочная | 150 | 178,58 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | 43,2/31,1 |
| | Кофейный напиток | 160 | 112,60 |
| Итого на завтрак | | 347 | 438,54 |
| обед | Суп «Рассольник» | 180 | 190,85 |
| | Тефтеля рыбная в сливочном соусе | 160/20 | 241,60 |
| | Салат «Витаминный» | 50 | 52,15 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 57,25 |
| | Компот «Ассорти» | 160 | 90,52 |
| Итого за обед | | 610 | 655,19 |
| полдник | Вафли | 12 | 120,1 |
| | Чай на молоке | 160 | 112,60 |
| Итого за полдник | | 272 | 332,70 |
| ужин | Макароны отварные с кабачковой икрой | 160/20 | 184,27 |
| | Чай с лимоном | 150 | 105,26 |
| | Банан | 100/12 | 49/4,5 |
| | | | |
| Итого за ужин | | 430 | 498,23 |
| Итого за день: | | 1662 | 1717,8 |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

18.09.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 19 сентября 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 пшеничная молочная | 180 | 238,58 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 25/5 | 43,2/51,1 |
| | Кофейный напиток | 170 | 124,80 |
| Итого на завтрак | | 380 | 498,54 |
| обед | Суп «Рассольник» | 180 | 190,85 |
| | Тефтеля рыбная в сливочном соусе | 190 | 241,60 |
| | Салат «Витаминный» | 60 | 63,09 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 57,25 |
| | Компот «Ассорти» | 160 | 71,62 |
| Итого за обед | | 610 | 755,19 |
| полдник | Вафли | 20 | 140,1 |
| | Чай на молоке | 160 | 112,60 |
| Итого за полдник | | 280 | 382,70 |
| ужин | Макароны отварные с кабачковой икрой | 180/25 | 214,67 |
| | Чай с лимоном | 170 | 116,50 |
| | Банан | 100/12 | 49/4,5 |
| Итого за ужин | | 455 | 548,23 |
| Итого за день: | | 1750 | 1819,39 |