

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

О.Каргина

17.10.2023г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 18 октября 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	178,44
	Масло 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 гороховый с сухариками	150	170,85
	Тефтели мясные	160	224,85
	Салат из свежих овощей	50	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Напиток фруктовый	170	90,52
Итого за обед		565	619,35
полдник	Вафли	12	120,10
	Кофейный напиток	160	110,5
Итого за полдник		172	231
ужин	Запеканка манная со стужённым молоком	160/20	199,9
	Чай с лимоном.	170	116,5/45,2
	Яблоко.	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.С. Каргина

10.2023г.



Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 18 октября 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	239,44
	Масло 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 гороховый с сухариками	190	190,85
	Тефтели мясные	180	224,85
	Салат из свежих овощей	60	91,6
	Хлеб ржаной	30	57,25
	Напиток фруктовый	170	102,52
Итого за обед		630	659,65
полдник	Вафли	20	150,10
	Кофейный напиток	200	116,5
Итого за полдник		220	266,60
ужин	Запеканка манная со сгущённым молоком	180/25	299,9
	Чай с лимоном.	170	116,5/45,2
	Яблоко.	100/12	46/4,5
Итого за ужин		475	510,10
Итого за день:		1742	1779,4