

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»



МБДОУ Ю.О.Каргина

детский сад

«Золотая рыбка» 03.11.2023г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 07 ноября 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 « Дружба » молочная	150	229,34
	Масло коровье сливочное	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	160	116,5
Итого на завтрак		347	402,84
обед	Свекольник со сметаной	170	250,85
	Гуляш из филе индейки	60/20	118,58
	Макароны отварные	110	110,40
	Салат из консервированных овощей	50	65,8
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	160	116,5
Итого за обед		595	613,23
полдник	Пряник	12	90,10
	Кофейный напиток	160	116,50
Итого за полдник		172	206,6
ужин	Запеканка из творога со сгущённым молоком	160/20	275,9
	Чай с лимоном.	170	116,5
	Груша	100	49
Итого за ужин		462	491,4
Итого за день:		1599	1697,51

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ детский сад



«Золотая рыбка»
Ю.О. Каргина
03.11.2023г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 07 ноября 2023 года**

Возрастная категория: от 3 х - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша « Дружба » молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	160	116,5
Итого на завтрак		407	532,54
обед	Свекольник со сметаной	170	250,85
	Гуляш из филе индейки	70/20	121,61
	Макароны отварные	130	126,3
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	160	116,5
Итого за обед		625	796,86
полдник	Печенье	20	120,10
	Кофейный напиток	190	145,80
Итого за полдник		210	265,9
ужин	Запеканка из творога со сгущённым молоком	170/25	299,90
	Чай с лимоном.	160	116,5
	Груша	100	49
Итого за ужин		475	475,40
Итого за день:		1685	1769,67