

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

10.11.2023г.



Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 13 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	Суп молочный с вермишелью	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	Суп с морской капустой	170	250,85
	Бефстроганов из филе индейки	70/20	121,61
	Каша пшеничная с маслом	130	126,3
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	160	116,5
Итого за обед		625	796,86
полдник	Пряник	20	120,10
	Кофейный напиток	190	145,80
Итого за полдник		210	265,9
ужин	Маннe биточки со сгущенным молоком	170/25	299,90
	Чай с лимоном.	160	116,5
	Яблоко	100	49
Итого за ужин		475	475,40
Итого за день:		1685	1769,67