

УТВЕРЖДАЮ

И.о. Заведующего МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

С.О.Лагунина

06.12.2023 г.



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

Возрастная категория: 1 года 6 месяцев – 3 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша геркулесовая молочная	150	199,34
	Масло коровье сливочное порционное	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	170	112,6
Итого на завтрак		360	469,44
обед	Суп с рыбными фрикадельками	170	110,41
	Суфле из печени	60/20	111,61
	Макароны отварные	110	140,56
	Салат из свежих овощей	50	61,4
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	160	68,45
Итого за обед		595	613,23
полдник	Вафли	12	120,10
	Чай с молоком	180	112,60
Итого за полдник		192	232,34
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	160/25	269,9
	Чай с лимоном.	150	115,26
	Мармелад	12	4,5
Итого за ужин		430	527,7
Итого за день:		1597	1642,67

УТВЕРЖДАЮ

И.о. Заведующего МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

С.О.Лагунина

06.12.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 07 декабря 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 геркулесовая молочная	180	240,44
	Масло коровье сливочное порционное	5/7	61,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	170	112,6
Итого на завтрак		380	432,54
обед	Суп с рыбными фрикадельками	190	190,85
	Суфле из печени	80/20	121,61
	Макаронны отварные	130	161,85
	Салат из свежих овощей	60	91,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	170	90,52
Итого за обед		675	751,83
полдник	Вафли	20	140,10
	Чай с молоком	200	116,50
Итого за полдник		220	256,6
ужин	Сырники из творога со сгущённым молоком	160/25	269,90
	Чай с лимоном.	180	116,5
	Мармелад	12	4,5
Итого за ужин		465	562,4
Итого за день:		1735	1819,37