

УТВЕРЖДАЮ

И.о Заведующего МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
С.О. Дагунина
22.12.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 25 декабря 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 рисовая молочная	150	229,44
	Масло коровье сливочное , сыр	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	180	112,6
Итого на завтрак		365	448,54
обед	Свекольник со сметаной	170	110,41
	Гуляш из филе индейки	60/20	120,61
	Макароны отварные	110	121,90
	Салат из консервированных овощей	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	190	98,52
Итого за обед		545	570,19
полдник	Печенье	12	140,1
	Чай с молоком	160	116,5
Итого за полдник		172	216,5
ужин	Гречка тушёная с мясом и овощами	160/20	285,56
	Чай с лимоном. Хлеб	150/25	105,2/45,2
	Груша	100/12	46/4,2
Итого за ужин		455	531,82
Итого за день:		1579	1627,15

УТВЕРЖДАЮ

И.о Заведующего МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
МБДОУ С.О. Лагунина
детский сад
«Золотая рыбка» 22.12.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 25 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 рисовая молочная	170	240,44
	Масло коровье сливочное , сыр	5/7	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	160	142,6
Итого на завтрак		397	459,34
обед	Свекольник со сметаной	170	150,85
	Гуляш из филе индейки	70/20	121,85
	Макаронны отварные	130	125,90
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	160	102,2
Итого за обед		635	679,65
полдник	Печенье	20	150,10
	Чай с молоком	180	116,5
Итого за полдник		200	286,7
ужин	Гречка тушёная с мясом и овощами	170/20	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	180/25	116,5/45,2
	Груша	100/12	46/4,2
Итого за ужин		495	562,4
Итого за день:		1681	1718,09