

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
Ю.О.Каргина
10.01.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 11 января 2024 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 кукурузная молочная	150	178,58
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	51,1
	Чай с молоком	160	112,6
Итого на завтрак		340	438,54
обед	Суп рыбный	170	180,85
	Плов	180	231,30
	Салат из свежих овощей	50	72,15
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	160	90,52
Итого за обед		585	655,19
полдник	Вафли	12	120,1
	Кофейный напиток	180	116,50
Итого за полдник		192	285,84
ужин	Рагу из кабачков	160	264,27
	Чай с лимоном. Хлеб	150/25	115,26/43,2
	Яблоко.	100	4,5
Итого за ужин		436	463,03
Итого за день:		1568	1617,8

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

10.01.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 11 января 2024 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 кукурузная молочная	180	240,44
	Бутерброд с маслом сливочным, сыр	25/7	51,1
	Чай с молоком	190	142,60
Итого на завтрак		402	518,54
обед	Суп рыбный	180	190,85
	Плов	190	241,60
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	170	112,52
Итого за обед		625	685,19
полдник	Вафли	20	140,1
	Кофейный напиток	180	116,50
Итого за полдник		200	256,6
ужин	Рагу из кабачков	180	284,27
	Чай с лимоном. Хлеб	170/25	116,50/43,2
	Яблоко.	100	4,5
Итого за ужин		475	518,23
Итого за день:		1682	1797,12