

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

16.01.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 17 января 2024 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 кукурузная молочная	150	199,34
	Масло коровье сливочное порционное	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	170	112,6
Итого на завтрак		365	469,44
обед	Борщ со сметаной	170	110,41
	Оладушки из печени	60/20	111,61
	Каша рисовая с маслом	110	140,56
	Салат из свежих овощей	50	61,4
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	160	68,45
Итого за обед		595	613,23
полдник	Печенье	12	120,10
	Какао с молоком	180	112,60
Итого за полдник		192	285,84
ужин	Рагу из кабачков	160/20	269,9
	Чай с лимоном. Хлеб	150/25	115,2/45,2
	Мармелад.	100/12	49/4,5
Итого за ужин		470	487,5
Итого за день:		1695	1742,67

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
Ю.О.Каргина
16.01.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 17 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
	Масло коровье сливочное порционное	5/7	61,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	170	112,6
Итого на завтрак		387	432,54
обед	Борщ со сметаной	190	190,85
	Оладушки из печени	80/20	121,61
	Каша рисовая с маслом	130	161,85
	Салат из свежих овощей	60	91,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	170	90,52
Итого за обед		675	751,83
полдник	Печенье	20	140,10
	Какао с молоком	200	116,50
Итого за полдник		220	310,1
ужин	Рагу из кабачков	160/20	269,90
	Чай с лимоном. Хлеб	180/25	116,5
	Мармелад	100/12	49/4,5
Итого за ужин		510	562,4
Итого за день:		1760	1819,37