

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

05.02.2024 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 06 февраля 2024 года**

Возрастная категория: *от 1,6 месяцев – до 3х лет*

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша « Дружба » молочная	160	239,44
	Масло сливочное порционнное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	160	116,6
Итого на завтрак		372	485,54
обед	Щи на курином бульоне	170	150,85
	Котлета рыбная	60/20	121,85
	Каша ячневая с маслом	110	125,90
	Салат из свежих овощей	50	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	180	102,2
Итого за обед		615	629,65
полдник	Печенье	12	110,20
	Чай с сахаром	150	116,5
Итого за полдник		162	226,7
ужин	Омлет натуральный с овощами	160/20	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	170/25	116,5/45,2
	Яблоко	100	46
Итого за ужин		462	476,82
Итого за день:		1611	1690,20

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

05.02.2024 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 06 февраля 2024 года**

Возрастная категория: *от 3х – до 7 лет*

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Капша « Дружба » молочная	180	239,44
	Масло сливочное порционное	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	200	116,6
Итого на завтрак		451	459,34
обед	Щи на курином бульоне	170	150,85
	Котлета рыбная	70/20	121,85
	Капша ячневая с маслом	150	125,90
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из сухофруктов	160	102,2
Итого за обед		655	679,65
полдник	Печенье	20	130,10
	Чай с сахаром	160	116,5
Итого за полдник		180	246,60
ужин	Омлет натуральный с овощами	180/20	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	160/25	116,5/45,2
	Яблоко	100	46
Итого за ужин		472	492,40
Итого за день:		1739	1782,49