

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ детский сад
 «Золотая рыбка»
 Ю.О.Каргина
 12.03.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 на 13 марта 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 ячневая молочная	170	219,44
	Масло сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток с молоком	160	116,6
Итого		382	412,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп гороховый	160	160,85
	Суфле из филе кур	60/20	121,65
	Каша гречневая	130	125,90
	Салат из свеклы	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	170	136,6
Итого за обед		615	662,80
полдник	Макароны с кабачковой икрой	160/20	269,9
	Йогурт	100	140,6
	Чай с лимоном	160	115,6
Итого за полдник		430	526,10
Итого за день:		1602	1688,24

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
Ю.О.Каргина
12.03.2024 г.



Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 13 марта 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	Каша ячневая молочная	180	239,44
	Масло сливочное порционное	7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток с молоком	180	136,6
Итого		392	452,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп гороховый	170	160,85
	Суфле из филе кур	70/20	141,65
	Каша гречневая	150	145,90
	Салат из свеклы	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	180	136,6
Итого за обед		655	701,70
полдник	Макароны с кабачковой икрой	160/20	299,9
	Йогурт	100	140,6
	Чай с лимоном	170	116,5
Итого за полдник		450	557,0
Итого за день:		1692	1798,04