

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

25.03.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 26 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 пшеничная молочная	170	219,44
	Масло сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	160	116,6
Итого		382	412,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп гречневый	160	160,85
	Котлета рыбная с соусом	60/20	121,65
	Пюре картофельное	130	125,90
	Салат из консервированных овощей	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	170	136,6
Итого за обед		615	662,80
полдник	Омлет с зелёным горошком	160/20	219,9
	Йогурт	100	117,6
	Печенье	12	34,5
	Чай с лимоном. Хлеб	160/25	115,6
Итого за полдник		442	518,50
Итого за день:		1614	1680,64

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

23.03.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 26 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 пшеничная молочная	180	239,44
	Масло сливочное порционное	7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	180	136,6
Итого		392	452,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп гречневый	170	160,85
	Котлета рыбная с соусом	70/20	141,65
	Пюре картофельное	150	145,90
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	180	136,6
Итого за обед		655	701,70
полдник	Омлет с зелёным горошком	160/20	299,9
	Йогурт	100	120,5
	Печенье	20	45,2
	Чай с лимоном. Хлеб	170/25	116,5
Итого за полдник		470	582,10
Итого за день:		1692	7923,14