

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

13.05.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 14 мая 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	160	219,44
	Масло сливочное порционное, сыр	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	160	116,6
Итого		377	412,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Свекольник со сметаной	170	160,85
	Рыба запечёная с овощами	60/20	121,65
	Каша перловая с маслом	130	125,90
	Салат из консервированных овощей	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот «Ассорти»	180	136,6
Итого за обед		635	662,80
полдник	Омлет с зелёным горошком	160/20	219,9
	Чай с лимоном.	170	117,6
	Хлеб	25	45,2
Итого за полдник		375	392,70
Итого за день:		1547	1624,84

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

13.05.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 14 мая 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, сыр	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	180	136,6
Итого		397	452,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Свекольник со сметаной	170	160,85
	Рыба запечённая с овощами	70/20	141,65
	Каша перловая с маслом	150	145,90
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот «Ассорти»	180	136,6
Итого за обед		655	701,70
полдник	Омлет с зелёным горошком	180/20	299,9
	Чай с лимоном.	160	116,5
	Хлеб	25	45,2
Итого за полдник		385	461,60
Итого за день:		1605	1702,64