

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»

Ю.О. Каргина

04.07.2024 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 05 июля 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 геркулесовая молочная | 170 | 219,44 |
| | Масло сливочное порционное | 5 | 31,1 |
| | Хлеб пшеничный высшего сорта | 25 | 45,2 |
| | Кофейный напиток с молоком | 170 | 116,6 |
| Итого | | 382 | 412,34 |
| второй завтрак | Сок фруктовый | 100 | 42 |
| | Фрукты свежие | 75 | 45 |
| Итого | | 185 | 87 |
| обед | Щи со сметаной | 180 | 160,85 |
| | Гуляш из свинины | 60/20 | 121,65 |
| | Каша рисовая с маслом | 130 | 125,90 |
| | Салат из свежих овощей | 50 | 72,6 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 45,2 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 136,6 |
| Итого за обед | | 645 | 662,80 |
| полдник | Булочка домашняя | 30 | 129,1 |
| | Чай с лимоном. | 120 | 120,5 |
| | Йогурт | 100 | 120,7 |
| Итого за полдник | | 350 | 366,20 |
| Итого за день: | | 1599 | 1663,34 |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

04.07.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 05 июля 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 геркулесовая молочная | 180 | 239,44 |
| | Масло сливочное порционное | 5 | 31,1 |
| | Хлеб пшеничный высшего сорта | 25 | 45,2 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 136,6 |
| Итого | | 390 | 452,34 |
| второй завтрак | Сок фруктовый | 100 | 42 |
| | Фрукты свежие | 75 | 45 |
| Итого | | 175 | 87 |
| обед | Щи со сметаной | 170 | 160,85 |
| | Гуляш из свинины | 70/20 | 141,65 |
| | Каша рисовая с маслом | 150 | 145,90 |
| | Салат из свежих овощей | 60 | 81,6 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 45,2 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 136,6 |
| Итого за обед | | 655 | 701,70 |
| полдник | Булочка домашняя | 40 | 139,1 |
| | Чай с лимоном. | 200 | 126,5 |
| | Йогурт | 100 | 120,7 |
| Итого за полдник | | 340 | 386,3 |
| Итого за день: | | 1615 | 1702,64 |