

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О. Каргина

10.07.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 11 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	180	219,44
	Масло сливочное порционное	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	190	116,6
Итого		405	412,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп рыбный	180	160,85
	Тефтели мясные	190	121,65
	Салат из свежих овощей	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	200	116,6
Итого за обед		645	672,8
полдник	Макароны отварные с сыром	160/25	275,90
	Чай с лимоном. Вафли	190/12	116,5/34,5
Итого за полдник		387	426,90
Итого за день:		1607	1692,48

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

10.07.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 11 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,	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	170	116,6
Итого		387	432,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп рыбный	200	160,85
	Тефтели мясные	200	171,65
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	180	116,6
Итого за обед		665	701,70
полдник	Макаронные отварные с сыром	180/25	299,90
	Чай с лимоном. Вафли	180/20	116,60/45,2
Итого за полдник		405	486,70
Итого за день:		1632	1742,74