

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»

МБДОУ О. Каргина

18.07.2024 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 19 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 манная молочная	170	219,44
	Масло сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	170	116,6
Итого		382	412,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		185	87
обед	Свекольник со сметаной	180	160,85
	Котлета мясная	60/20	121,65
	Каша пшённая 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	Запеканка из творога с кисельной подливой	160/20	219,9
	Чай с лимоном. Пряник	180/12	117,6/38,5
Итого за полдник		397	431,20
Итого за день:		1599	1663,34

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»

МБДОУ Ю.О.Каргина

детский сад «Золотая рыбка» 18.07.2024 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 19 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 манная молочная	180	239,44
	Масло сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	180	136,6
Итого		390	452,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Свекольник со сметаной	170	160,85
	Котлета мясная	70/20	141,65
	Каша пшённая 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	Запеканка из творога с кисельной подливой	180/20	299,9
	Чай с лимоном. Пряник	170/20	116,5/45,2
Итого за полдник		395	461,60
Итого за день:		1615	1702,64