

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
Ю.О.Каргина
19.07.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 22 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 пшеничная молочная	170	219,44
	Масло сливочное порционное	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	170	116,6
Итого		375	412,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп с морской капустой	170	160,85
	Суфле из филе кур	60/20	121,65
	Пюре картофельное с маслом	130	125,90
	Салат из свежих овощей	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот « Ассорти »	180	136,6
Итого за обед		635	662,80
полдник	Запеканка из творога с кисельной подливой	160/20	259,9
	Чай с лимоном	170	137,6
	Пряник	12	34,5
Итого за полдник		362	422,0
Итого за день:		1547	1684,14

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

19.07.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 22 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 пшеничная молочная	180	239,44
	Масло сливочное порционное	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	180	136,6
Итого		397	452,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп с морской капустой	180	160,85
	Суфле из филе кур	70/20	141,65
	Пюре картофельное с маслом	150	145,90
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот «Ассорти»	180	136,6
Итого за обед		665	701,70
полдник	Запеканка из творога с кисельной подливой	180/20	299,9
	Чай с лимоном	170	137,6
	Пряник	20	45,2
Итого за полдник		390	482,7
Итого за день:		1627	1723,74