

**УТВЕРЖДАЮ**  
 Заведующий МБДОУ детский сад  
 «Золотая рыбка»  
 Ю.О.Каргина  
 24.07.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания  
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
 на 25 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	Суп молочный с вермишелью	170	219,44
	Масло сливочное порционное, сыр	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток с молоком	160	116,6
<b>Итого</b>		<b>382</b>	<b>412,34</b>
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
<b>Итого</b>		<b>175</b>	<b>87</b>
обед	Свекольник со сметаной	160	160,85
	Рыба запечённая с овощами	60/20	121,65
	Картофель отварной с маслом	130	125,90
	Салат из свежих овощей	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	170	136,6
<b>Итого за обед</b>		<b>615</b>	<b>662,80</b>
полдник	Булочка Домашняя	30	269,9
	Йогурт	100	140,6
	Чай с лимоном	160	115,6
<b>Итого за полдник</b>		<b>290</b>	<b>326,10</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1592</b>	<b>1678,24</b>

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»



Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 25 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	Суп молочный с вермишелью	180	239,44
	Масло сливочное порционное, сыр	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток с молоком	180	136,6
<b>Итого</b>		<b>392</b>	<b>452,34</b>
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
<b>Итого</b>		<b>175</b>	<b>87</b>
обед	Свекольник со сметаной	170	160,85
	Рыба запечёная с овощами	70/20	141,65
	Картофель отварной с маслом	150	145,90
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	180	136,6
<b>Итого за обед</b>		<b>655</b>	<b>701,70</b>
полдник	Булочка Домашняя	40	299,9
	Йогурт	100	140,6
	Чай с лимоном	170	116,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>310</b>	<b>457,0</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1609</b>	<b>1718,04</b>