

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»

Ю.О. Каргина

09.08.2024 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 12 августа 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, сыр	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	170	116,6
Итого		375	412,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Борщ со сметаной	170	160,85
	Бефстроганов 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 из сухофруктов	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
	Печенье.	12	34,5
Итого за полдник		362	422,0
Итого за день:		1547	1684,14

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»



Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 12 августа 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, сыр	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	180	136,6
Итого		397	452,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Борщ со сметаной	180	160,85
	Бефстроганов 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 из сухофруктов	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
	Печенье.	20	45,2
Итого за полдник		390	482,7
Итого за день:		1627	1723,74