

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

21.08.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 22 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 пшеничная молочная	180	219,44
	Масло сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток с молоком	190	136,6
Итого		400	432,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп рыбный	200	190,85
	Плов	190	131,65
	Салат из консервированных овощей	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот « Ассорти »	200	196,5
Итого за обед		665	736,80
полдник	Картофель отварной, Сельдь с зелёным горошком	160/20	219,50
	Хлеб	25	45,2
	Чай с лимоном. Вафли	160/12	117,5/34,2
Итого за полдник		377	490,70
Итого за день:		1617	1698,64

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 22 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 пшеничная молочная	190	239,44
	Масло сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток с молоком	190	136,6
Итого		410	462,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп рыбный	200	190,85
	Плов	200	171,65
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот «Ассорти»	190	196,6
Итого за обед		675	701,70
полдник	Картофель отварной, Сельдь с зелёным горошком	180/20	239,10
	Хлеб	25	45,2
	Чай с лимоном. Вафли	170/20	126,5/35,2
Итого за полдник		415	569,60
Итого за день:		1675	1770,64