

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

23.10.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 24 октября 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 пшённая молочная	180	219,44
	Масло сливочное порционное,	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	190	116,6
Итого		405	412,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Свекольник со сметаной	180	160,85
	Тефтели рыбные	190	121,65
	Салат из свежих овощей	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот «Ассорти»	200	116,6
Итого за обед		645	672,8
полдник	Запеканка из творога со сгущённым молоком	160/20	275,90
	Чай с лимоном	190	116,5
	Печенье	12	35,2
Итого за полдник		382	424,90
Итого за день:		1607	1693,18

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

23.10.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 24 октября 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 пшённая молочная	180	239,44
	Масло сливочное порционное,	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	170	116,6
Итого		387	432,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Свекольник со сметаной	200	160,85
	Тефтели рыбные	200	171,65
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот « Ассорти »	180	116,6
Итого за обед		665	701,70
полдник	Запеканка из творога со сгущённым молоком	180/20	299,90
	Чай с лимоном	180	116,60
	Печенье	20	45,2
Итого за полдник		400	461,70
Итого за день:		1627	1682,74