

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ детский сад
 «Золотая рыбка»
 Ю.О.Каргина
 25.11.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 на 26 ноября 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.	160	219,44
	Масло сливочное порционное.	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта.	25	45,2
	Кофейный напиток с молоком	160	116,6
Итого		372	412,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп гороховый	170	160,85
	Рыба запечённая с овощами	60/20	121,65
	Каша рисовая с маслом	130	125,90
	Салат из консервированных 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 со сгущённым молоком	160/20	219,9
	Чай с лимоном.	170	117,6
	Печенье.	12	45,2/28,5
Итого за полдник		387	392,70
Итого за день:		1567	1694,85

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ детский сад
 «Золотая рыбка»
 Ю.С. Каргина
 25.11.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 на 26 ноября 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	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта.	25	45,2
	Кофейный напиток с молоком	180	136,6
Итого		390	452,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп гороховый	170	160,85
	Рыба запечённая с овощами	70/20	141,65
	Каша рисовая с маслом	150	145,90
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	180	136,6
Итого за обед		655	701,70
полдник	Запеканка из творога со сгущённым молоком	180/20	299,9
	Чай с лимоном.	160	116,5
	Печенье.	20	45,2/35,2
Итого за полдник		405	461,60
Итого за день:		1625	1732,64