

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

09.01.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 10 января 2025 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 геркулесовая молочная	180	219,44
	Масло сливочное порционное	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао 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
	Ёжики мясные	190	121,65
	Салат из консервированных овощей	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	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
Итого за полдник		370	392,40
Итого за день:		1595	1657,98

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

09.01.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 10 января 2025 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 геркулесовая молочная	180	239,44
	Масло сливочное порционное	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао 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
	Ёжики мясные	200	171,65
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	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
Итого за полдник		380	416,50
Итого за день:		1607	1637,54