

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ детский сад
 «Золотая рыбка»
 О.О. Каргина
 15.01.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 на 16 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 ячневая молочная	160	219,44
	Масло сливочное порционное	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток с молоком	180	116,6
Итого		375	412,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп рыбный	170	160,85
	Суфле из филе кур	60/20	121,65
	Каша перловая с маслом	130	125,90
	Салат из свежих овощей	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот «Ассорти»	180	136,6
Итого за обед		635	662,80
полдник	Винегрет.	160/20	219,9
	Чай с лимоном. Хлеб	170/25	117,6/45,2
	Печенье	12	35,2
Итого за полдник		387	417,90
Итого за день:		1572	1624,84

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»

МБДОУ Ю.С. Каргина

детский сад

«Золотая рыбка» 15.01.2025 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 16 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 ячневая молочная	180	239,44
	Масло сливочное порционное	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток с молоком	180	136,6
Итого		397	452,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	95	45
Итого		195	87
обед	Суп рыбный	170	160,85
	Суфле из филе кур	70/20	141,65
	Каша перловая с маслом	150	145,90
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот «Ассорти»	180	136,6
Итого за обед		655	701,70
полдник	Винегрет.	180/20	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	160/25	116,5/45,2
	Печенье	20	35,2
Итого за полдник		385	496,80
Итого за день:		1632	1737,84