

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
МБДОУ Ю.О. Каргина
детский сад «Золотая рыбка»
17.01.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 20 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 пшеничная молочная	160	219,44
	Масло сливочное порционное,	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток с молоком	160	126,4
Итого		355	422,14
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Свекольник со сметаной	170	160,85
	Суфле из печени	60/20	121,65
	Каша пшеничная с маслом	130	125,90
	Салат из свежих овощей	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	180	136,6
Итого за обед		635	662,80
полдник	Макаронны отварные с кабачковой икрой	160/20	259,9
	Чай с лимоном	170	137,6
	Печенье.	12	34,5
Итого за полдник		352	422,0
Итого за день:		1527	1613,40

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»



17.01.2025 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 20 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 пшеничная молочная	180	239,44
	Масло сливочное порционное,	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	180	136,6
Итого		397	452,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	95	45
Итого		195	87
обед	Свекольник со сметаной	170	160,85
	Суфле из печени	70/20	141,65
	Каша рисовая с маслом	150	145,90
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	180	136,6
Итого за обед		655	701,70
полдник	Макаронны отварные с кабачковой икрой	180/20	299,9
	Чай с лимоном	170	137,6
	Печенье.	20	45,2
Итого за полдник		390	490,80
Итого за день:		1637	1731,84