

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

27.01.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 28 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	180	219,44
	Масло сливочное порционное	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	190	116,6
<b>Итого</b>		<b>405</b>	<b>412,34</b>
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
<b>Итого</b>		<b>175</b>	<b>87</b>
обед	Свекольник со сметаной	180	160,85
	Тефтели рыбные	190	121,65
	Салат из консервированных овощей	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	200	116,6
<b>Итого за обед</b>		<b>645</b>	<b>672,8</b>
полдник	Макароны отварные с кабачковой икрой	160/20	275,90
	Чай с лимоном. Пряник	190/12	116,5/34,5
<b>Итого за полдник</b>		<b>382</b>	<b>392,40</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1607</b>	<b>1692,48</b>

**УТВЕРЖДАЮ**Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

27.01.2025 г.

**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 28 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
	Какао с молоком	170	116,6
<b>Итого</b>		<b>387</b>	<b>432,34</b>
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
<b>Итого</b>		<b>175</b>	<b>87</b>
обед	Свекольник со сметаной	200	160,85
	Тефтели рыбные	200	171,65
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	180	116,6
<b>Итого за обед</b>		<b>665</b>	<b>701,70</b>
полдник	Макароны отварные с кабачковой икрой	180/20	299,90
	Чай с лимоном. Пряник	180/20	116,60/45,2
<b>Итого за полдник</b>		<b>400</b>	<b>416,50</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1627</b>	<b>1682,70</b>