

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 29 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, сыр	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	190	136,6
Итого		405	432,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Рассольник	200	190,85
	Жаркое по-домашнему	190	131,65
	Салат из свежих овощей	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	200	196,5
Итого за обед		665	736,80
полдник	Плюшка с сахаром	30	119,50
	Йогурт	100	120,5
	Чай с лимоном	200	117,5
Итого за полдник		330	456,5
Итого за день:		1575	1628,64

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

28.01.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 29 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	190	239,44
	Масло сливочное порционное, сыр	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	190	136,6
Итого		417	462,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Рассольник	200	190,85
	Жаркое по-домашнему	200	171,65
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	190	196,6
Итого за обед		675	701,70
полдник	Плюшка с сахаром	40	139,10
	Йогурт	100	120,5
	Чай с лимоном	200	126,5
Итого за полдник		340	369,60
Итого за день:		1607	1670,64