

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
Ю.О. Каргина
30.01.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 31 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 кукурузная молочная	170	219,44
	Масло сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток с молоком	180	136,6
Итого		392	432,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		185	87
обед	Суп с морской капустой	180	160,85
	Суфле из печени	60/20	121,65
	Каша рисовая 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		645	662,80
полдник	Запеканка из творога с кисельной подливой	160/20	219,9
	Чай с лимоном.	180	117,6
	Печенье.	12	34,5
Итого за полдник		385	392,70
Итого за день:		1597	1624,84

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

30.01.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 31 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 кукурузная молочная	180	239,44
	Масло сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток с молоком	180	136,6
Итого		390	452,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп с морской капустой	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	Запеканка из творога с кисельной подливой	180/20	299,9
	Чай с лимоном.	170	116,5
	Печенье.	20	45,2
Итого за полдник		390	461,60
Итого за день:		1610	1702,64