

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
Ю.О.Каргина
19.03.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 20 марта 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 манная молочная	180	219,44
	Масло сливочное порционное	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	190	116,6
Итого		405	412,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп рыбный	180	160,85
	Плов с мясом	190	121,65
	Салат из консервированных овощей	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	200	116,6
Итого за обед		645	672,8
полдник	Макароны отварные с кабачковой икрой	160/20	275,90
	Чай с лимоном. Печенье	190/12	116,5/34,5
Итого за полдник		382	426,90
Итого за день:		1607	1692,48

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

19.03.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 20 марта 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 манная молочная	180	239,44
	Масло сливочное порционное,	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	170	116,6
Итого		387	432,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп рыбный	200	160,85
	Плов с мясом	200	171,65
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	180	116,6
Итого за обед		665	701,70
полдник	Макароны отварные с кабачковой икрой	180/20	299,90
	Чай с лимоном. Печенье	180/20	116,60/43,2
Итого за полдник		400	419,70
Итого за день:		1627	1690,74