

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
Ю.О.Каргина
28.03.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 31 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 рисовая молочная	160	212
	Масло сливочное порционное/сыр	5/7	31/22
	Хлеб пшеничный высшего сорта	45	71
	Кофейный напиток с молоком	160	74
Итого			410
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого			87
обед	Борщ со сметаной	170	161
	Суфле из печени	60/20	107
	Макароны отварные с маслом	110	124
	Салат из консервированных овощей	50	24
	Хлеб ржаной	45	71
	Компот из сухофруктов	170	82
Итого за обед			569
полдник	Запеканка манная с кисельной подливой	160/20	267
	Чай с лимоном	150	115
	Печенье	12	27
Итого за полдник			409
Итого за день:			1475

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»



Ю.О.Каргина
28.03.2025 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 31 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 рисовая молочная	180	239
	Масло сливочное порционное/сыр	5/7	31/22
	Хлеб пшеничный высшего сорта	45	71
	Чай с молоком	180	83
Итого			446
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого			87
обед	Борщ со сметаной	180	161
	Суфле из печени	80/20	142
	Макароны отварные с маслом	130	146
	Салат из консервированных овощей	60	35
	Хлеб ржаной	45	71
	Компот из сухофруктов	180	87
Итого за обед			642
полдник	Запеканка манная с кисельной подливой	180/20	300
	Чай с лимоном	180	138
	Печенье	20	45
Итого за полдник			483
Итого за день:			1658