

**УТВЕРЖДАЮ**  
 Заведующий МБДОУ детский сад  
 «Золотая рыбка»  
 Ю.О. Каргина  
 03.04.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания  
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
 на 04 апреля 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                | 170       | 159                     |
|                         | Масло сливочное порционное, сыр           | 5/7       | 33/72                   |
|                         | Хлеб пшеничный высшего сорта              | 45        | 76                      |
|                         | Чай с молоком                             | 170       | 61                      |
| <b>Итого</b>            |   |           | <b>401</b>              |
| второй завтрак          | Сок фруктовый                             | 100       | 42                      |
|                         | Фрукты свежие                             | 75        | 45                      |
| <b>Итого</b>            |   |           | <b>87</b>               |
| обед                    | Суп с макаронными изделиями               | 170       | 152                     |
|                         | Суфле из филе кур                         | 60/20     | 140                     |
|                         | Каша перловая с маслом                    | 110       | 125                     |
|                         | Салат из консервированных овощей          | 40        | 66                      |
|                         | Хлеб ржаной                               | 45        | 76                      |
|                         | Компот из сухофруктов                     | 180       | 82                      |
| <b>Итого за обед</b>    |   |           | <b>641</b>              |
| полдник                 | Запеканка из творога со сгущённым молоком | 160/20    | 162                     |
|                         | Чай с лимоном                             | 180       | 65                      |
|                         | Пряник                                    | 12        | 27                      |
|                         |   |           |                         |
| <b>Итого за полдник</b> |   |           | <b>254</b>              |
| <b>Итого за день:</b>   |   |           | <b>1383</b>             |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»  
МБДОУ Ю.О.Каргина  
детский сад  
«Золотая рыбка» 03.04.2025 г.

Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 04 апреля 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                | 180       | 168                     |
|                         | Масло сливочное порционное, сыр           | 5/7       | 33/72                   |
|                         | Хлеб пшеничный высшего сорта              | 45        | 76                      |
|                         | Чай с молоком                             | 180       | 65                      |
| <b>Итого</b>            |   |           | <b>414</b>              |
| второй завтрак          | Сок фруктовый                             | 100       | 42                      |
|                         | Фрукты свежие                             | 75        | 45                      |
| <b>Итого</b>            |   |           | <b>87</b>               |
| обед                    | Суп с макаронными изделиями               | 170       | 161                     |
|                         | Суфле из филе кур                         | 80/20     | 187                     |
|                         | Каша перловая с маслом                    | 130       | 148                     |
|                         | Салат из консервированных овощей          | 50        | 82                      |
|                         | Хлеб ржаной                               | 45        | 76                      |
|                         | Компот из сухофруктов                     | 180       | 87                      |
| <b>Итого за обед</b>    |   |           | <b>741</b>              |
| полдник                 | Запеканка из творога со сгущённым молоком | 180/20    | 182                     |
|                         | Чай с лимоном                             | 170       | 69                      |
|                         | Пряник                                    | 20        | 45                      |
|                         |   |           |                         |
| <b>Итого за полдник</b> |   |           | <b>296</b>              |
| <b>Итого за день:</b>   |   |           | <b>1538</b>             |