

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

28.04.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 29 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 ячневая молочная.	160	219
	Масло сливочное порционное.	5	31
	Хлеб пшеничный высшего сорта.	40	45
	Какао с молоком	160	117
<b>Итого</b>			<b>412</b>
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
<b>Итого</b>			<b>87</b>
обед	Суп гороховый	170	161
	Котлета рыбная	60/20	122
	Каша гречневая с маслом	130	126
	Салат из свежих овощей	50	73
	Хлеб ржаной	40	45
	Компот из сухофруктов	180	137
<b>Итого за обед</b>			<b>664</b>
полдник	Омлет натуральный с кукурузой	160/20	220
	Чай с лимоном	170	118
	Хлеб	40	45
	Пряник	12	29
<b>Итого за полдник</b>			<b>412</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1576</b>

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад  
«Золотая рыбка»  
Ю.О.Каргина  
28.04.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 29 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 ячневая молочная	180	239
	Масло сливочное порционное	5	31
	Хлеб пшеничный высшего сорта	40	45
	Какао с молоком	180	137
<b>Итого</b>			<b>452</b>
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
<b>Итого</b>			<b>87</b>
обед	Суп гороховый	170	161
	Котлета рыбная	70/20	142
	Каша гречневая с маслом	150	146
	Салат из свежих овощей	60	82
	Хлеб ржаной	40	45
	Компот из сухофруктов	180	137
<b>Итого за обед</b>			<b>713</b>
полдник	Омлет натуральный с кукурузой	180/20	300
	Чай с лимоном	160	117
	Хлеб	40	45
	Пряник	20	35
<b>Итого за полдник</b>			<b>497</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1749</b>