

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

05.05.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 06 мая 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	182
	Масло сливочное порционное	5	31
	Хлеб пшеничный высшего сорта	40	45
	Чай с молоком	170	61
Итого			319
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого			87
обед	Свекольник со сметаной	160	110
	Рыба, запеченная с овощами	60/20	132/34
	Каша пшенная с маслом	110	112
	Салат из свежих овощей	40	71
	Хлеб ржаной	45	51
	Компот «Ассорти»	170	126
Итого за обед			636
полдник	Макароны с кабачковой икрой	160/20	180/40
	Печенье	12	26
	Чай с лимоном	170	59
Итого за полдник			305
Итого за день:			1347

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ детский сад
 «Золотая рыбка»
 Ю.О. Каргина
 05.05.2025 г.

**Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 на 06 мая 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	193
	Масло сливочное порционное	5	31
	Хлеб пшеничный высшего сорта	40	45
	Чай с молоком	180	65
Итого			334
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого			87
обед	Свекольник со сметаной	180	124
	Рыба, запеченная с овощами	80/20	176/34
	Каша пшеничная с маслом	130	133
	Салат из свежих овощей	50	89
	Хлеб ржаной	45	51
	Компот «Ассорти»	180	137
Итого за обед			731
полдник	Макароны с кабачковой икрой	180/20	202/40
	Печенье	20	43
	Чай с лимоном	180	69
Итого за полдник			354
Итого за день:			1506