

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

20.04.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 21 апреля 2022 года**

Возрастная категория: *от 3х – 7 лет*

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша геркулесовая молочная	180	240,44
	Масло коровье сливочное порционное	5	61,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Какао с молоком	170	112,6
Итого на завтрак		380	432,54
обед	Суп гороховый	190	190,85
	Котлета рыбная в томатном соусе	80/20	121,61
	Каша пшённая с маслом	130	161,85
	Салат из консервированных овощей	60	91,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот « Ассорти »	170	90,52
Итого за обед		675	751,83
полдник	Коржик	50	140,10
	Чай с молоком	200	116,50
Итого за полдник		250	296,6
ужин	Омлет с кукурузой	160	269,90
	Чай с лимоном.Хлеб	180/25	116,5/45,2
	Банан	100	49
Итого за ужин		465	562,4
Итого за день:		1760	1819,37