

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

21.04. 2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 22 апреля 2022 года**

Возрастная категория: 1 года 6 месяцев – 3х лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша ячневая молочная	160	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Сыр	7	45,2
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	170	112,6
Итого на завтрак		367	425,54
обед	Суп с вермишелью	150	160,41
	Голубцы ленивые с мясом	160	220,61
	Салат из консервированных овощей	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	170	116,50
Итого за обед		555	604,22
полдник	Пряник	12	110,2
	Какао с молоком	170	116,5
	Йогурт	100	153,5
Итого за полдник		282	380,20
ужин	Салат из варёных овощей	150	295,56
	Чай с лимоном, Хлеб	170/25	116,50/45,2
	Банан	100	49
Итого за ужин		445	506,26
Итого за день:		1595	1629,15

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

21.04.2022г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 22 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 ячневая молочная	170	2329,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Сыр	7	45,2
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	180	116,6
Итого на завтрак		387	429,34
обед	Суп с вермишелью	170	189,25
	Голубцы ленивые с мясом	180	231,85
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	180	116,5
Итого за обед		605	659,65
полдник	Пряник	20	150,10
	Какао с молоком	170	116,5
	Йогурт	100	153,5
Итого за полдник		290	359,7
ужин	Салат из варёных овощей	160	299,9
	Чай с лимоном, Хлеб	170/25	116,5/45,2
	Банан	100	49
Итого за ужин		455	510,60
Итого за день:		1757	1782,59