

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

26.04.2022 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 27 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	150	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	43,2
	Сыр	7	43,2
	Какао с молоком	180	112,6
Итого на завтрак			448,54
обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	160	110,41
	Курица запечённая в сливочном соусе	60/20	120,61
	Гречка отварная с маслом	110	121,90
	Помидоры в с/с	50	61,5
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из ягод	150	98,52
Итого за обед			570,19
полдник	Плюшка с сахаром	12	140,1
	Кофейный напиток	160	116,5
Итого за полдник			256,6
ужин	Винегрет	160/20	285,56
	Чай с лимоном. Хлеб	150/25	105,26/45,2
	Апельсин	100	46
Итого за ужин			531,82
Итого за день:			1727,15

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

26.04.2022 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 27 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	240,44
	Масло коровье сливочное	5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Сыр	7	43,2
	Какао с молоком	160	142,6
Итого на завтрак			459,34
обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	170	150,85
	Курица запечёная в сливочном соусе	70/20	121,85
	Гречка отварная с маслом	130	125,90
	Помидоры в с/с	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	57,25
	Компот из ягод	160	102,2
Итого за обед			679,65
полдник	Плюшка с сахаром	20	150,10
	Кофейный напиток	180	116,5
Итого за полдник			266,6
ужин	Винегрет	170	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	180/25	116,5/45,2
	Апельсин	100	46
Итого за ужин			562,4
Итого за день:			1718,09