

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

04.05.2022 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 05 мая 2022 года**

Возрастная категория: 1 года 6 месяцев – 3 лет
Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша ячневая молочная	150	199,34
	Масло коровье сливочное порционное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай на молоке	170	112,6
	Итого на завтрак	360	469,44
обед	Суп с макаронами на к/б	170	110,41
	Котлета рыбная в томатном соусе	60/20	111,61
	Каша рисовая с маслом	110	140,56
	Салат из консервированных овощей	50	61,4
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из ягод	160	68,45
	Итого за обед	595	613,23
полдник	Пряник	12	120,10
	Кисель	180	112,60
Итого за полдник	192	232,34	
ужин	Рагу овощное с куриным филе	160/20	269,9
	Чай с лимоном. Хлеб	150/	115,26/45,2
	Груша	100	49
	Итого за ужин	430	527,7
Итого за день:	1577	1642,67	

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

04.05.2022 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 05 мая 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	180	240,44
	Масло коровье сливочное порционное	5	61,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай на молоке	170	112,6
Итого на завтрак		380	432,54
обед	Суп с макаронами на к/б	190	190,85
	Котлета рыбная в томатном соусе	80/20	121,61
	Каша рисовая с маслом	130	161,85
	Салат из консервированных овощей	60	91,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из ягод	170	90,52
Итого за обед		675	751,83
полдник	Пряник	20	140,10
	Кисель	200	116,50
Итого за полдник		220	256,6
ужин	Рагу овощное с куриным филе	160/20	269,90
	Чай с лимоном. Хлеб	180	116,5/45,2
	Груша	100	49
Итого за ужин		460	562,4
Итого за день:		1735	1819,37