

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

15.11.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 16 ноября 2023 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 кукурузная молочная	170	239,44
	Бутерброд с маслом сливочным,	25	51,1
	Чай с молоком	160	116,5
Итого на завтрак		360	445,04
обед	Суп рыбный	180	150,85
	Суфле из филе кур	80/20	141,16
	Каша перловая с маслом	130	135
	Салат из консервированных овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	160	116,5
Итого за обед		655	719,65
полдник	Вафли	20	115,2
	Какао	160	116,5
		180	231,7
ужин	Винегрет	160	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	180/25	116,5
	Банан	100/12	46/4,5
Итого за ужин		477	552,2
Итого за день:		1720	1819,54