

– УТВЕРЖДАЮ

И.о. Заведующего МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»



О.О. Лагунина

21.12.2023г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 22 декабря 2023 года**

Возрастная категория: *от 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 рисовая молочная	150	178,44
	Масло сливочное порционное,	5/5	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	160	122,6
Итого на завтрак		345	459,34
обед	Суп из морской капусты	150	170,85
	Жаркое по-домашнему	160	224,85
	Салат из консервированных овощей	50	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Напиток фруктовый	170	90,52
Итого за обед		565	619,35
полдник	Пряник	12	120,10
	Кисель	160	110,5
Итого за полдник		172	230,60
ужин	Запеканка из творога со сгущённым молоком	160/20	199,9
	Чай с лимоном.	170	116,5
	Яблоко	100/12	46
Итого за ужин		450	505,60
Итого за день:		1582	1659,49

УТВЕРЖДАЮ

И.о. Заведующего МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»



С.О. Лагунина

21.12.2023г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 22 декабря 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 рисовая молочная	180	239,44
	Масло сливочное порционное,	5/7	31,5
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	170	132,6
Итого на завтрак		380	459,34
обед	Суп из морской капусты	190	190,85
	Жаркое по-домашнему	180	224,85
	Салат из консервированных овощей	60	91,6
	Хлеб ржаной	30	45,2
	Напиток фруктовый	170	102,52
Итого за обед		630	659,65
полдник	Пряник	20	150,10
	Кисель	200	116,5
Итого за полдник		220	266,60
ужин	Запеканка из творога со сгущённым молоком	180/20	299,9
	Чай с лимоном.	170	116,5
	Яблоко	100/12	46
Итого за ужин		475	510,10
Итого за день:		1742	1779,4