

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
Ю.О.Каргина
17.01.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 18 января 2024 года**

Возрастная категория: *от 1,6 месяцев – до 3х лет*
Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Энергетическая ценность |
|-------------------------|-------------------------------------|-------------|-------------------------|
| завтрак | Каша пшеничная молочная | 160 | 239,44 |
| | Масло сливочное порционное | 5 | 31,1 |
| | Хлеб пшеничный высшего сорта | 25 | 45,2 |
| | Кофейный напиток | 160 | 116,6 |
| Итого на завтрак | | 372 | 485,54 |
| обед | Суп с клёцками | 170 | 150,85 |
| | Рыба запечёная с овощами | 60/20 | 121,85 |
| | Каша гречневая с маслом | 110 | 125,90 |
| | Салат из консервированных овощей | 50 | 81,6 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 57,25 |
| | Напиток фруктовый | 180 | 102,2 |
| Итого за обед | | 615 | 629,65 |
| полдник | Пряник | 12 | 110,20 |
| | Чай с молоком | 150 | 116,5 |
| Итого за полдник | | 162 | 226,7 |
| ужин | Маннeе биточки с кисельной подливой | 160/20 | 299,9 |
| | Чай с лимоном. | 170 | 116,5 |
| | Яблоко | 100/ | 46 |
| Итого за ужин | | 462 | 476,82 |
| Итого за день: | | 1611 | 1690,20 |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

17.01.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 18 января 2024 года**

Возрастная категория: *от 3х – до 7 лет*
Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Энергетическая ценность |
|-------------------------|-------------------------------------|-------------|-------------------------|
| завтрак | Каша пшеничная молочная | 180 | 239,44 |
| | Масло сливочное порционное | 5/7 | 31,1 |
| | Хлеб пшеничный высшего сорта | 25 | 45,2 |
| | Кофейный напиток | 200 | 116,6 |
| Итого на завтрак | | 451 | 459,34 |
| обед | Суп с клёцками | 170 | 150,85 |
| | Рыба запечённая с овощами | 70/20 | 121,85 |
| | Каша гречневая с маслом | 150 | 125,90 |
| | Салат из консервированных овощей | 60 | 81,6 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 57,25 |
| | Напиток фруктовый | 160 | 102,2 |
| Итого за обед | | 655 | 679,65 |
| полдник | Пряник | 20 | 130,10 |
| | Чай с молоком | 160 | 116,5 |
| Итого за полдник | | 180 | 246,60 |
| ужин | Маннны биточки с кисельной подливой | 180/20 | 299,9 |
| | Чай с лимоном. | 160 | 116,5 |
| | Яблоко | 100 | 46 |
| Итого за ужин | | 472 | 492,40 |
| Итого за день: | | 1739 | 1782,49 |