

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
Ю.О.Каргина
25.01.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 26 января 2023 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 геркулесовая молочная	150	229,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	43,2
	Кофейный напиток	150	112,6
Итого на завтрак		337	386,34
обед	Суп рыбный	160	110,41
	Бефстроганов из филе кур	60/20	121,61
	Каша ячневая с маслом	110	100,52
	Салат из консервированных овощей	50	91,5
	Хлеб ржаной	25	43,2
	Компот из сухофруктов	150	102,52
Итого за обед		580	629,31
полдник	Вафли	12	103,2
	Какао	170	116,5
Итого за полдник		192	219,70
ужин	Макароны отварные с кабачковой икрой	160/20	255,9
	Чай с лимоном.	170	105,2/43,2
	Груша	100	46
Итого за ужин		455	521,46
Итого за день:		1592	1647,12

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ детский сад
 «Золотая рыбка»
 Ю.О.Каргина
 25.01.2023 г.



**Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 на 26 января 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 геркулесовая молочная	180	239,44
	Масло коровье сливочное	5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	43,2
	Кофейный напиток	170	116,5
Итого на завтрак		380	457,34
обед	Суп рыбный	180	190,85
	Бефстроганов из филе кур	80/20	131,85
	Каша ячневая с маслом	130	103,1
	Салат из консервированных овощей	60	91,6
	Хлеб ржаной	25	43,2
	Компот из сухофруктов	170	102,52
Итого за обед		665	721,83
полдник	Вафли	20	103,2
	Какао	170	116,5
Итого за полдник		190	219,70
ужин	Макаронны отварные с кабачковой икрой	180/20	299,9
	Чай с лимоном.	170	116,5/43,2
	Груша	100	46
Итого за ужин		470	572,4
Итого за день:		1722	1784,29