

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

07.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 18 июля 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 геркулесовая молочная	160	219,44
	Масло сливочное порционное, сыр	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток с молоком	160	116,6
Итого		377	412,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп рыбный	170	160,85
	Бефстроганов из филе кур	60/20	121,65
	Каша рисовая с маслом	130	125,90
	Салат из свежих овощей	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	180	136,6
Итого за обед		635	662,80
полдник	Картофель отварной с маслом. Сельдь с зелёным горошком.	160/20	219,9
	Чай с лимоном. Хлеб	170/25	117,6/34,5
Итого за полдник		367	427,20
Итого за день:		1549	1659,34

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

17.07.2024 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 18 июля 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 геркулесовая молочная	180	239,44
	Масло сливочное порционное, сыр	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток с молоком	180	136,6
Итого		397	452,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп рыбный	170	160,85
	Бефстроганов из филе кур	70/20	141,65
	Каша рисовая с маслом	150	145,90
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	180	136,6
Итого за обед		655	701,70
полдник	Картофель отварной с маслом. Сельдь с зелёным горошком	180/20	299,9
	Чай с лимоном. Хлеб	160/25	116,5/35,2
Итого за полдник		385	451,6
Итого за день:		1607	1692,60