

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад

«Золотая рыбка»

МБДОУ О.Каргина

детский сад
«Золотая рыбка» 26.07.2024 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 29 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 пшеничная молочная	170	219,44
	Масло сливочное порционное	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	170	116,6
Итого		375	412,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп гречневый	170	160,85
	Бефстроганов из филе кур	60/20	121,65
	Пюре картофельное 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	Запеканка из творога с кисельной подливой	160/20	259,9
	Чай с лимоном	170	137,6
	Пряник	12	34,5
Итого за полдник		362	422,0
Итого за день:		1547	1684,14

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю. О. Каргина

26.07.2024 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 29 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 пшеничная молочная	180	239,44
	Масло сливочное порционное	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Чай с молоком	180	136,6
Итого		397	452,34
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		175	87
обед	Суп гречневый	180	160,85
	Бефстроганов из филе кур	70/20	141,65
	Пюре картофельное 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		665	701,70
полдник	Запеканка из творога с кисельной подливой	180/20	299,9
	Чай с лимоном	170	137,6
	Пряник	20	45,2
Итого за полдник		390	482,7
Итого за день:		1627	1723,74