УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

25.09.2024 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 26 сентября 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 манная молочная	180	219,44
	Масло сливочное порционное	5/5	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	190	116,6
Итого		**405**	**412,34**
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		**175**	**87**
обед	Суп рыбный	180	160,85
	Плов	190	121,65
	Салат из свежих овощей	50	72,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	200	116,6
Итого за обед		**645**	**672,8**
полдник	Омлет с зелёным горошком. Хлеб	160/25	275,90
	Чай с лимоном. Печенье.	190/12	116,5/34,5
Итого за полдник		**387**	**426,90**
Итого за день:		**1607**	**1692,48**

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

25.09.2024 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 26 сентября 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 манная молочная	180	239,44
	Масло сливочное порционное	5/7	31,1
	Хлеб пшеничный высшего сорта	25	45,2
	Кофейный напиток	170	116,6
Итого		**387**	**432,34**
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого		**175**	**87**
обед	Суп рыбный	200	160,85
	Плов	200	171,65
	Салат из свежих овощей	60	81,6
	Хлеб ржаной	25	45,2
	Компот из сухофруктов	180	116,6
Итого за обед		**665**	**701,70**
полдник	Омлет с зелёным горошком. Хлеб	180/25	299,90
	Чай с лимоном. Печенье.	180/20	116,60/45,2
Итого за полдник		**405**	**486,70**
Итого за день:		**1632**	**1742,74**