

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

19.05.2025 г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 20 мая 2025 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 кукурузная молочная	170	182
	Масло сливочное порционное	5	31
	Хлеб пшеничный высшего сорта	40	45
	Кофейный напиток	170	61
Итого			319
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого			87
обед	Свекольник со сметаной	160	110
	Рыба, запеченная с овощами	60/20	132/34
	Каша пшенная с маслом	110	112
	Салат из свежих овощей	40	71
	Хлеб ржаной	45	51
	Компот «Ассорти»	170	126
Итого за обед			636
полдник	Макароны с кабачковой икрой	160/20	180/40
	Печенье	12	26
	Чай с лимоном	170	59
Итого за полдник			305
Итого за день:			1347

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»
Ю.О.Каргина
19.05.2025 г.



Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 20 мая 2025 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 кукурузная молочная	180	193
	Масло сливочное порционное	5	31
	Хлеб пшеничный высшего сорта	40	45
	Кофейный напиток	180	65
Итого			334
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого			87
обед	Свекольник со сметаной	180	124
	Рыба, запеченная с овощами	80/20	176/34
	Каша пшеничная с маслом	130	133
	Салат из свежих овощей	50	89
	Хлеб ржаной	45	51
	Компот «Ассорти»	180	137
Итого за обед			731
полдник	Макароны с кабачковой икрой	180/20	202/40
	Печенье	20	43
	Чай с лимоном	180	69
Итого за полдник			354
Итого за день:			1506