

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ детский сад
 «Золотая рыбка»
 Ю.О.Каргина
 21.05.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
 на 22 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 манная молочная	170	213
	Масло сливочное порционное	5	31
	Хлеб пшеничный высшего сорта	40	45
	Какао с молоком	180	117
Итого			406
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого			87
обед	Суп рыбный	170	159
	Бефстроганов из филе кур	60/20	122
	Каша гречневая с маслом	110	126
	Салат из консервированных овощей	40	73
	Хлеб ржаной	40	45
	Компот из сухофруктов	180	137
Итого за обед			662
полдник	Омлет натуральный с кукурузой	160/20	220
	Чай с лимоном	170	118
	Хлеб	40	45
	Пряник	12	29
Итого за полдник			412
Итого за день:			1567

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 22 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 манная молочная	180	226
	Масло сливочное порционное	5	31
	Хлеб пшеничный высшего сорта	45	71
	Какао с молоком	180	137
Итого			465
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	95	45
Итого			87
обед	Суп рыбный	180	168
	Бефстроганов из филе кур	80/20	142
	Каша гречневая с маслом	130	146
	Салат из консервированных овощей	50	82
	Хлеб ржаной	45	71
	Компот из сухофруктов	180	137
Итого за обед			675
полдник	Омлет натуральный с кукурузой	180/20	300
	Чай с лимоном	160	117
	Хлеб	45	71
	Пряник	20	35
Итого за полдник			523
Итого за день:			1750