

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.О.Каргина

26.05.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 27 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 ячневая молочная.	160	219
	Масло сливочное порционное.	5	31
	Хлеб пшеничный высшего сорта.	40	45
	Какао с молоком	160	117
Итого			412
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого			87
обед	Суп гороховый	170	161
	Рыба запечённая с овощами	60/20	122
	Каша гречневая с маслом	130	126
	Салат из свежих овощей	50	73
	Хлеб ржаной	40	45
	Компот из сухофруктов	180	137
Итого за обед			664
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:			1576

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

Ю.С.Каргина

26.05.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 27 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 ячневая молочная	180	239
	Масло сливочное порционное	5	31
	Хлеб пшеничный высшего сорта	40	45
	Какао с молоком	180	137
Итого			452
второй завтрак	Сок фруктовый	100	42
	Фрукты свежие	75	45
Итого			87
обед	Суп гороховый	170	161
	Рыба запечённая с овощами	70/20	142
	Каша гречневая с маслом	150	146
	Салат из свежих овощей	60	82
	Хлеб ржаной	40	45
	Компот из сухофруктов	180	137
Итого за обед			713
полдник	Омлет натуральный с кукурузой	180/20	300
	Чай с лимоном	160	117
	Хлеб	40	45
	Пряник	20	35
Итого за полдник			497
Итого за день:			1749