

УТВЕРЖДАЮ

И.о.заведующего МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»

С.О. Лагунина

02.07.2025 г.



**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 03 июля 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
	Пряник	12	29
Итого			71
обед	Суп рыбный	170	159
	Бефстроганов из филе кур	60/20	122
	Каша гречневая с маслом	110	126
	Салат из свежих овощей	40	73
	Хлеб ржаной	40	45
	Компот «Ассорти»	180	137
Итого за обед			662
полдник	Омлет натуральный с кукурузой	160/20	220
	Чай с лимоном	170	118
	Хлеб	40	45
Итого за полдник			383
Итого за день:			1522

УТВЕРЖДАЮ

И.о.заведующего МБДОУ детский сад
«Золотая рыбка»



С.О.Лагунина

02.07.2025 г.

**Ежедневное меню основного питания
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»
на 03 июля 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
	Пряник	20	45
Итого			87
обед	Суп рыбный	180	168
	Бефстроганов из филе кур	80/20	142
	Каша гречневая с маслом	130	146
	Салат из свежих овощей	50	82
	Хлеб ржаной	45	71
	Компот «Ассорти»	180	137
Итого за обед			675
полдник	Омлет натуральный с кукурузой	180/20	300
	Чай с лимоном	160	117
	Хлеб	45	71
Итого за полдник			488
Итого за день:			1715