

УТВЕРЖДАЮ

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



С.О. Лагунина

04.07.2025 г.

**Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 07 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 рисовая молочная                 | 160       | 212                     |
|                         | Масло сливочное порционное/сыр        | 5/7       | 31/22                   |
|                         | Хлеб пшеничный высшего сорта          | 45        | 71                      |
|                         | Кофейный напиток с молоком            | 160       | 74                      |
| <b>Итого</b>            |                                       |           | <b>410</b>              |
| второй завтрак          | Сок фруктовый                         | 100       | 42                      |
|                         | Фрукты свежие                         | 75        | 45                      |
| <b>Итого</b>            |                                       |           | <b>87</b>               |
| обед                    | Борщ со сметаной                      | 170       | 161                     |
|                         | Суфле из печени                       | 60/20     | 107                     |
|                         | Макароны с маслом                     | 110       | 124                     |
|                         | Салат из консервированных овощей      | 50        | 24                      |
|                         | Хлеб ржаной                           | 45        | 71                      |
|                         | Компот из сухофруктов                 | 170       | 82                      |
| <b>Итого за обед</b>    |                                       |           | <b>569</b>              |
| полдник                 | Запеканка манная со сгущенным молоком | 160/20    | 267                     |
|                         | Чай с лимоном                         | 150       | 115                     |
|                         | Печенье                               | 12        | 27                      |
| <b>Итого за полдник</b> |                                       |           | <b>409</b>              |
| <b>Итого за день:</b>   |                                       |           | <b>1475</b>             |

УТВЕРЖДАЮ

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

С.О. Лагунина

04.07.2025 г.

Ежедневное меню основного питания  
МБДОУ детский сад «Золотая рыбка»  
на 07 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 рисовая молочная                 | 180       | 239                     |
|                         | Масло сливочное порционное/сыр        | 5/7       | 31/22                   |
|                         | Хлеб пшеничный высшего сорта          | 45        | 71                      |
|                         | Чай с молоком                         | 180       | 83                      |
| <b>Итого</b>            |                                       |           | <b>446</b>              |
| второй завтрак          | Сок фруктовый                         | 100       | 42                      |
|                         | Фрукты свежие                         | 75        | 45                      |
| <b>Итого</b>            |                                       |           | <b>87</b>               |
| обед                    | Борщ со сметаной                      | 180       | 161                     |
|                         | Суфле из печени                       | 80/20     | 142                     |
|                         | Макароны с маслом                     | 130       | 146                     |
|                         | Салат из консервированных овощей      | 60        | 35                      |
|                         | Хлеб ржаной                           | 45        | 71                      |
|                         | Компот из сухофруктов                 | 180       | 87                      |
| <b>Итого за обед</b>    |                                       |           | <b>642</b>              |
| полдник                 | Запеканка манная со сгущенным молоком | 180/20    | 300                     |
|                         | Чай с лимоном                         | 180       | 138                     |
|                         | Печенье                               | 20        | 45                      |
| <b>Итого за полдник</b> |                                       |           | <b>483</b>              |
| <b>Итого за день:</b>   |                                       |           | <b>1658</b>             |