

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Ю.А.Барькина

1 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	191,8
	Печенье	60	250,2
	Чай с молоком или сливками	180	88,99
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		440	530,99
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Салат из квашеной капусты с луком	60	65,4
	Суп с рыбными консервами	200	133
	Жаркое по-домашнему	180	303,43
	Компот из свежемороженой ягод	180	62,5
	Хлеб ржаной	50	87
ИТОГО ЗА ОБЕД		670	651,33
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Сырники из творога	130	308,1
	Молоко сгущенное с сахаром 5,0% жирности	20	11,77
	Кефир, ряженка	100	50
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		250	369,87
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1460	1599,19

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Ю.А.Барькина

2 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	100	190,67
	Зеленый горошек отварной	60	24
	Бутерброд с маслом	40	136
	Какао с молоком	180	109,71
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		380
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	60	92,8
	Суп картофельный с бобовыми	200	106,6
	Плов из птицы или кролика	180	274,81
	Компот из свежемороженой ягод	180	62,5
	Хлеб ржаной	50	87
	ИТОГО ЗА ОБЕД		670
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Оладьи (с молоком сгущенным)	95	305,44
	Зефир	30	96,76
	Чай с сахаром	180	64,51
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		295
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1215	1550,80

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

3 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	200	185,14
	Какао с молоком	180	109,71
	Бутерброд с сыром	60	188,4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		440	483,25
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Свекольник со сметаной	200	93
	Тефтели 1-й вариант	70	228,37
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	195,72
	Хлеб ржаной	50	87
	Кисель из сока натурального	180	70,92
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	675,01
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Рагу из овощей	170	109,94
	Чай с сахаром	180	41,74
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Яйца вареные	40	63
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		420	284,82
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1610	1490,08

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

4 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	200	224,94
	Бутерброд с маслом	40	109,71
	Какао с молоком	180	136
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	470,65
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	47	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	200	67,8
	Котлеты рыбные любительские	75	108,75
	Пюре картофельное	150	203,49
	Кисель из сока натурального	180	111,24
	Хлеб ржаной	50	87
ИТОГО ЗА ОБЕД		655	578,28
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Блины с маслом	110/5	351,02
	Кефир, ацидофилин	100	50
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		210/5	401,02
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1385	1496,95

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

5Ежедневное меню основного питания
на
2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	200	171,74
	Бутерброд с сыром	60	188,4
	Чай с молоком	180	88,99
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		440	449,13
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	108
	Капуста, тушеная с мясом	100	422,54
	Пюре картофельное	100	137,25
	Компот из свежемороженых ягод	180	62,5
	Хлеб ржаной	50	87
ИТОГО ЗА ОБЕД		630	817,29
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Винегрет овощной	180	45,81
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Чай с сахаром	170	166,33
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		380	282,28
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1550	1595,70

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

6Ежедневное меню основного питания
на
2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	200	175,42
	Печенье	60	250,2
	Чай с молоком	180	88,99
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		440	514,61
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Суп картофельный со щавелем	200	134,76
	Гуляш из отварного мяса	120	187,5
	Рис отварной	150	209,7
	Кисель из сока натурального	180	111,24
	Хлеб ржаной	50	87
ИТОГО ЗА ОБЕД		700	730,2
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Омлет с зеленым горошком	100	184,49
	Чай с сахаром	180	45,81
	Хлеб пшеничный	30	70,14
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		310	300,44
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1550	1592,25

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

8 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	195
	Бутерброд с сыром	60	188,4
	Какао с молоком	200	118,88
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		460	502,28
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200	88
	Биточки паровые	80	117
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	198
	Соус сметанный	20	14,82
	Кисель из сока натурального	180	111,24
ИТОГО ЗА ОБЕД		680	616,06
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Рагу из овощей	170	109,94
	Яйца вареные	40	63
	Чай с сахаром	180	45,81
	Хлеб пшеничный	30	70,14
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		420	288,89
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1660	1454,23

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

7 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	200	220,5
	Бутерброд с маслом	40	136
	Какао с молоком	180	109,71
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	466,21
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Борщ на мясном бульоне со сметаной	200	64,98
	Котлеты рыбные любительские	75	108,75
	Пюре картофельное	150	203,49
	Компот из замороженных ягод	180	62,5
	Хлеб ржаной	50	87
ИТОГО ЗА ОБЕД		715	592,12
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Сырники из творога	130	308,1
	Молоко сгущенное с сахаром 5,0% жирности	20	11,77
	Кефир, ацидофилин	100	50
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		250	369,87
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1485	1475,2

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

9 Ежедневное меню основного питания
на
2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	187,04
	Чай с молоком или сливками	180	88,99
	Бутерброд с маслом	40	136
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	412,03
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Салат из свеклы с огурцами солеными	60	51
	Суп картофельный с клецками	200	69,2
	Тефтели из говядины с рисом ("ежики")	220	487,9
	Компот из свежемороженых ягод	50	87
	Хлеб ржаной	180	62,5
ИТОГО ЗА ОБЕД		710	757,6
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Салат "Степной"	170	110,5
	Яйца вареные	180	45,81
	Чай с сахаром	30	70,14
	Хлеб пшеничный	40	63
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		420	289,45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1650	1506,08

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

10 Ежедневное меню основного питания
на
2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная жидкая	200	204,96
	Бутерброд с сыром	60	188,4
	Какао с молоком	180	109,71
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		440	503,07
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Рассольник ленинградский	200	85,8
	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	111
	Пюре картофельное	150	203,49
	Компот из свежемороженых ягод	180	62,5
	Хлеб ржаной	50	87
ИТОГО ЗА ОБЕД		680	549,79
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Суп молочный с крупой	170	232,95
	Булочка домашняя	50	174,96
	Чай с сахаром	180	70,14
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		400	453,72
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1620	1553,58

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

11 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	200	220,5
	Печенье	60	250,2
	Чай с молоком	180	88,99
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		440	559,69
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Суп с рыбными консервами	200	133
	Азу	180	275,26
	Хлеб ржаной	50	87
	Кисель из сока натурального	180	111,24
ИТОГО ЗА ОБЕД		610	606,5
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Блины с маслом	105	196
	Кефир, ацидофилин	100	50
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		205	246
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1355	1459,19

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

12 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	200	185,14
	Бутерброд с маслом	40	136
	Какао с молоком	180	118,88
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Суп картофельный со щавелем	200	134,76
	Гуляш из отварного мяса	120	187,5
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	198
	Компот из свежемороженых ягод	180	62,5
	Хлеб ржаной	50	87
ИТОГО ЗА ОБЕД		700	669,76
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Вареники ленивые	150	352
	Кефир, ацидофилин	100	50
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		250	402
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1490	1558,78

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

13 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	200	224,94
	Бутерброд с маслом	40	136
	Какао с молоком	180	109,71
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	470,65
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Щи из квашеной капусты с картофелем	200	61,8
	Тефтели	70	228,37
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	195,72
	Хлеб ржаной	50	87
	Кисель из сока натурального	180	111,24
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	684,13
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Винегрет овощной	170	166,33
	Сельдь с луком	20	34,8
	Чай с сахаром	180	45,81
	Хлеб пшеничный	30	70,14
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		400	317,08
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1570	1518,86

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

14 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная жидкая	200	204,96
	Бутерброд с маслом	40	136
	Чай с молоком	180	93,94
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	434,9
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Суп картофельный с крупой	200	82,6
	Капуста, тушеная с мясом	200	422,54
	Компот из свежемороженых ягод	180	62,5
	Хлеб ржаной	50	87
ИТОГО ЗА ОБЕД		630	654,64
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Оладьи (с молоком сгущенным)	95	305,44
	Молоко сгущенное с сахаром	20	11,77
	Кефир, ацидофилин	100	50
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		215	367,21
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1365	1503,75

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

15 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	200	175,42
	Бутерброд с сыром	60	188,4
	Чай с молоком	180	88,99
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		440	452,81
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	200	106,6
	Печень говяжья по-строгановски	70	135,55
	Рис отварной	150	209,7
	Кисель из сока натурального	180	111,24
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	650,09
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Салат "Степной"	170	110,5
	Яйца вареные	40	63
	Чай с сахаром	180	45,81
	Хлеб пшеничный	30	70,14
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		420	289,45
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1610	1439,35

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

16 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Макаронь отварные с сыром	180	300,96
	Бутерброд с маслом	40	136
	Какао с молоком	180	109,71
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	440,71
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	108
	Голубцы ленивые	180	296,37
	Кисель из сока натурального	180	111,24
	Хлеб ржаной	50	87
ИТОГО ЗА ОБЕД		610	602,61
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Омлет натуральный	100	190,67
	Салат из капусты и моркови с растительным маслом	60	54,46
	Хлеб пшеничный	180	45,81
	Чай с сахаром	30	70,14
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		370	361,08
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1500	1451,4

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

17 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	200	171,74
	Бутерброд с сыром	60	188,4
	Чай с молоком	180	88,99
	Зефир	30	96,76
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		470	545,89
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Борщ на мясном бульоне со сметаной	200	64,98
	Запеканка картофельная с мясом	200	448,28
	Салат из свеклы с огурцами солеными	60	51
	Компот из замороженных ягод	180	62,5
	Хлеб ржаной	50	87
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	713,76
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Рагу из овощей	170	109,94
	Чай с сахаром	180	45,81
	Хлеб пшеничный	30	70,14
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		380	225,89
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1640	1532,54

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

18 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	187,04
	Чай с молоком	180	88,99
	Бутерброд с сыром	60	188,4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		440	464,43
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	47
ОБЕД	Рассольник ленинградский	200	85,8
	Котлеты, биточки, шницели (с маслом)	70	218,91
	Капуста тушеная	150	112,65
	Кисель из сока натурального	180	111,24
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	615,6
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Винегрет овощной	170	166,33
	Сельдь с луком	20	34,8
	Чай с сахаром	180	45,81
	Хлеб пшеничный	30	70,14
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		400	317,08
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1590	1444,11

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

19 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	191,8
	Бутерброд с маслом	40	136
	Какао с молоком	180	109,71
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	420	446,68
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	100	47	
ОБЕД	Борщ с фасолью и сметаной	200	94
	Курица в соусе с томатом	80	128
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	158,77
	Компот из свежемороженых ягод	180	62,5
	Хлеб ржаной	50	87
ИТОГО ЗА ОБЕД	660	530,27	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Вареники ленивые	150	352
	Кефир, ацидофилин	100	50
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	250	402	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1450	1425,95

МАДОУ МО «СГО» - д/с № 1 «Пчёлка»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Ю.А.Барыкина

20 Ежедневное меню основного питания
на 2023 года

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная с маслом	180	300,96
	Бутерброд с маслом	40	136
	Чай с молоком	180	88,99
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	525,95	
ЗАВТРАК 2	Сок или фрукты	100	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	100	47	
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	83,8
	Котлеты рыбные любительские	75	108,75
	Пюре картофельное	150	137,25
	Икра кабачковая	60	71,4
	Кисель из сока натурального	180	111,24
ИТОГО ЗА ОБЕД	715	599,44	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Суп молочный с крупой	170	94,35
	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом (джемом)	60	132,02
	Чай с сахаром	180	45,81
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	410	272,18	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1625	1444,57