|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **УТВЕРЖДАЮ** | |
|  | Заведующий МКОУ «Детский сад № 8 «Солнышко» | |
|  | IMG_20250304_092144О.Б Горяйнова |  |

**26 марта 2025 года**

**Ежедневное меню основного питания**  
**МКДОУ «Детский сад № 8 «Солнышко»**

**Возрастная категория**: 3 – 7 лет 3 - день

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | | **Вес блюда** | **Энергетическая ценность** |
| Завтрак | Каша вязкая(овсяные хлопья) | | 200 | 246 |
|  | Хлеб пшеничный | | 40 | 128,66 |
|  | Масло порциями | | 10 | 66 |
|  | Чай с сахаром | | 200 | 28 |
| **Итого за завтрак** | | | **450** | **468,66** |
| Второй завтрак | | Сок фруктовый | 200 | 84,8 |
| **Итого за второй завтрак** | | | **200** | **84,8** |
| Обед | Овощи натуральные соленые или свежие | | 60 | 8,4 |
|  | Щи из свежей капусты с картофелем | | 200 | 125,63 |
|  | Зразы из кур, бройлеров – цыплят с омлетом и овощами | | 80 | 181,33 |
|  | Каша рассыпчатая (крупа пшеничная) | | 150 | 267 |
|  | хлеб пшеничный | | 30 | 64,2 |
|  | Хлеб ржаной | | 20 | 51,8 |
|  | Кисель плодовоягодный (С-витаминизация) | | 200 | 119,2 |
| **Итого за обед** | | | **740** | **817,56** |
| Полдник | Булочка ванильная | | 80 | 284,8 |
|  | Ряженка | | 200 | 108 |
| **Итого за полдник** | | | **280** | **392,8** |
| **Итого за день:** | | | **1670** | **1763,82** |

Составил: