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

**18 марта 2025 года**

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

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | | **Вес блюда** | **Энергетическая ценность** |
| Завтрак | Каша вязкая (хлопья овсяные) | | 200 | 246 |
|  | Хлеб пшеничный | | 40 | 132,66 |
|  | Масло порциями | | 10 | 66 |
|  | Сыр Российский | | 15 | 54 |
|  | Чай с сахаром | | 200 | 28 |
| **Итого за завтрак** | | | **465** | **526,66** |
| Второй завтрак | | Фрукты свежие по сезону (яблоко) | 1шт. | 67.1 |
| **Итого за второй завтрак** | | | **100** | **67.1** |
| Обед | Икра морковная | | 50 | 58,33 |
|  | Борщ с фасолью и картофелем | | 200 | 156,03 |
|  | Котлеты рыбные | | 80 | 256 |
|  | Каша рассыпчатая (кр.пшеничная) | | 150 | 267 |
|  | Хлеб пшеничный | | 30 | 64,2 |
|  | Хлеб ржаной | | 20 | 51,8 |
|  | Компот из смеси сухофруктов (С-витаминизация) | | 200 | 132,8 |
| **Итого за обед** | | | **730** | **986,16** |
| Полдник | Булочка домашняя | | 80 | 284,8 |
|  | Ряженка | | 200 | 108 |
| **Итого за полдник** | | | **280** | **392,8** |
| **Итого за день:** | | | **1575** | **1972,72** |

Составил: