|  |  |
| --- | --- |
|  | **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: