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

**20 марта 2025 года**

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

**Возрастная категория**: 3 – 7 лет 9- день

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | | **Вес блюда** | **Энергетическая ценность** |
| Завтрак | Каша жидкая (кукурузная) | | 200 | 193 |
|  | Хлеб пшеничный | | 40 | 138.66 |
|  | Масло порциями | | 10 | 66 |
|  | Сыр Российский | | 15 | 54 |
|  | Чай с сахаром | | 200 | 28 |
| **Итого за завтрак** | | | **465** | **341** |
| Второй завтрак | | Фрукты свежие по сезону (яблоко) | 1шт. | 67.1 |
| **Итого за второй завтрак** | | | **100** | **67.1** |
| Обед | Икра свекольная | | 50 | 61,1 |
|  | Щи из свежей капусты с картофелем | | 200 | 125,63 |
|  | Котлеты из птицы | | 80 | 212 |
|  | Каша рассыпчатая (кр. Гречневая) | | 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** | **914,53** |
| Полдник | Чай с сахаром | | 200 | 28 |
|  | Пудинг творожный со сгущеным молоком | | 80/20 | 220,86 |
| **Итого за полдник** | | | **300** | **248,86** |
| **Итого за день:** | | | **1595** | **1571,49** |

Составил: