

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКОУ «Детский сад №8 «Солнышко»



О.Б. Горяинова



9 июня 2025

Ежедневное меню основного питания
МКОУ «Детский сад № 8 «Солнышко»

Возрастная категория: 3 – 7 лет 6- день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Омлет натуральный	80	137,15
	Икра кабачковая	80	62,4
	Масло порциями	10	66
	Хлеб целебный йодообогаченный	20	64,33
	Хлеб пшеничный	20	64,33
	Чай с сахаром	200	28
Итого за завтрак		410	422,21
Второй завтрак	Сок фруктовый	200	84,8
Итого за второй завтрак		200	84,8
Обед	Икра свекольная	50	61,2
	Суп картофельный с крупой рисовой	200	101,87
	Жаркое по домашнему	200	230
	Хлеб пшеничный	30	64,2
	Хлеб ржаной	20	77,7
	Кисель из сока (С-витаминизация)	200	119,2
Итого за обед		700	654,17
Полдник	Оладьи	80/20	223,21
	Кофейный напиток с молоком	200	100,6
Итого за полдник		300	323,81
Итого за день:		1610	1484,99

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКОУ «Детский сад №8 «Солнышко»



10 июня 2025 года



Ежедневное меню основного питания
МКОУ «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)	1 шт.	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

