

Меню основного питания

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада детского сада № 1

на 07.11.2025 года

Возрастная категория: *от 1,5 - 3 лет, от 3 - 7 лет*Длительность пребывания детей в детском саду: *11-12 часов*

Утверждено:

Заведующий МБ ДОУ № 1

Мазовка З.И.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | Энергетическая ценность | |
|-----------------------|------------------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | 1,5 - 3 лет | 3 - 7 лет | 1,5 - 3 лет | 3 - 7 лет |
| ЗАВТРАК | Каша рисовая молочная вязкая | 140 | 180 | 186 | 229 |
| | Батон | 40 | 40 | 0 | 0 |
| | Масло сливочное (порционное) | 5 | 10 | 86 | 148 |
| | Чай с сахаром | 180 | 180 | 32 | 32 |
| ИТОГО: | | 365 | 410 | 304 | 409 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | Сок фруктовый | 150 | 150 | 84,8 | 84,8 |
| ИТОГО: | | 150 | 100 | 84,8 | 47 |
| ОБЕД | Борщ с капустой и картофелем | 150 | 200 | 71 | 95 |
| | Макаронные изделия отварные | 110 | 140 | 142 | 189 |
| | Мясо птицы отварное | 50 | 70 | 249 | 349 |
| | Соленый огурец | 40 | 40 | 0 | 0 |
| | Хлеб пшеничный формовой | 30 | 40 | 0 | 0 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 40 | 0 | 0 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 180 | 111 | 111 |
| ИТОГО: | | 590 | 710 | 573 | 744 |
| ПОЛДНИК | Печенье Ушки | 40 | 40 | 0 | 0 |
| | Напиток кисломолочный | 180 | 180 | 140 | 140 |
| ИТОГО: | | 220 | 220 | 140 | 140 |
| УЖИН | Запеканка из творога | 140 | 150 | 381 | 438 |
| | Хлеб пшеничный формовой | 40 | 40 | 0 | 0 |
| | Кофейный напиток на молоке | 180 | 180 | 90 | 90 |
| | Свежие фрукты | 100 | 100 | 47 | 47 |
| ИТОГО: | | 460 | 470 | 518 | 575 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1785 | 1910 | 1479,8 | 1775 |