

Меню основного питания

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада детского сада № 1

на 10.10.2025 года

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

Утверждено:

Заведующий МДОУ № 1

Мазова 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
	Огурец свежий	40	60	0	0
	Хлеб пшеничный формовой	30	40	0	0
	Хлеб ржаной	30	40	0	0
	Компот из сухофруктов	180	180	111	111
ИТОГО:		590	730	573	744
ПОЛДНИК	Пряник глазированный	50	50	0	0
	Напиток кисломолочный	180	180	140	140
ИТОГО:		230	230	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 ЛЕНЬ:		1795	1940	1479,8	1775