

**Меню основного питания**

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада детского сада № 1 на 13.10.2025 года

Возрастная категория: от 1,5 - 3 лет, от 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		1,5 - 3 лет	3 - 7 лет	1,5 - 3 лет	3 - 7 лет
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	130	150	233	263
	Икра кабачковая	40	60	34	51
	Батон	40	40	0	0
	Масло сливочное (порционное)	5	10	86	148
	Чай с лимоном	180	180	34	34
<b>ИТОГО:</b>		<b>395</b>	<b>440</b>	<b>387</b>	<b>496</b>
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	150	150	84,8	84,8
<b>ИТОГО:</b>		<b>150</b>	<b>150</b>	<b>84,8</b>	<b>84,8</b>
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	150	180	125	161
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60	80	61	81
	Каша пшеничная рассыпчатая	110	140	159	211
	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	40	60	54	81
	Хлеб пшеничный	30	40	0	0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	40	0	0
	Компот из смеси сухофруктов	180	180	111	111
<b>ИТОГО:</b>		<b>600</b>	<b>720</b>	<b>510</b>	<b>645</b>
ПОЛДНИК	Булочка домашняя	50	50	0	0
	Напиток кисломолочный	180	180	140	140
<b>ИТОГО:</b>		<b>230</b>	<b>230</b>	<b>140</b>	<b>140</b>
УЖИН	Каша манная молочная жидкая	150	180	164	200
	Хлеб пшеничный формовой	40	40	0	0
	Чай с сахаром	150	180	32	32
	Свежие фрукты	100	100	47	47
<b>ИТОГО:</b>		<b>440</b>	<b>500</b>	<b>243</b>	<b>279</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1815</b>	<b>2040</b>	<b>1224,8</b>	<b>1504,8</b>