

**Меню основного питания**

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада детского сада № 1 на 15.10.2025 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	Каша пшеничная молочная жидкая	140	180	182	223
	Батон	40	40	0	0
	Масло сливочное (порционное)	5	10	86	148
	Чай с сахаром	180	180	34	34
<b>ИТОГО:</b>		<b>365</b>	<b>410</b>	<b>302</b>	<b>405</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 макаронными изделиями	150	200	89	119
	Гуляш из отварной птицы	60	80	113	151
	Каша гречневая рассыпчатая	110	140	205	251
	Салат из свежих огурцов и помидор	40	60	53	79
	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>740</b>	<b>571</b>	<b>711</b>
ПОЛДНИК	Печенье Ушки	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	Яйцо вареное	20	40	29,5	59
	Каша ячневая рассыпчатая	110	140	159	211
	Хлеб пшеничный	40	40	0	0
	Икра из кабачков	40	60	34	51
	Какао с молоком	180	180	99	99
	Свежие фрукты	100	100	47	47
<b>ИТОГО:</b>		<b>490</b>	<b>560</b>	<b>368,5</b>	<b>467</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1835</b>	<b>2090</b>	<b>1326,3</b>	<b>1667,8</b>