



**Меню основного питания**

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада детского сада № 1 на 16.09.2025 года

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

Длительность пребывания детей в детском саду: *11-12 часов*

Утверждено:

Заведующий МБДОУ № 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 геркулесовая молочная вязкая	140	180	180	239
	Батон	40	40	0	0
	Масло сливочное (порционное)	5	10	86	148
	Чай с сахаром	180	180	32	32
<b>ИТОГО:</b>		<b>365</b>	<b>410</b>	<b>298</b>	<b>419</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	Борщ с капустой и картофелем	150	200	71	95
	Жаркое по-домашнему	180	220	305	373
	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>570</b>	<b>680</b>	<b>487</b>	<b>579</b>
ПОЛДНИК	Пряник глазированный	40	40	0	0
	Напиток кисломолочный	180	180	140	140
<b>ИТОГО:</b>		<b>230</b>	<b>250</b>	<b>140</b>	<b>140</b>
УЖИН	Запеканка творожная	140	150	381	438
	Хлеб пшеничный	40	40	0	0
	Кофейный напиток на молоке	180	180	90	90
	Свежие фрукты	100	100	47	47
<b>ИТОГО:</b>		<b>460</b>	<b>470</b>	<b>518</b>	<b>575</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1775</b>	<b>1960</b>	<b>1387,8</b>	<b>1657,8</b>