

**Меню основного питания**

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада детского сада № 1  
на 23.09.2025 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	181	222
	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>299</b>	<b>402</b>
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Свежие фрукты	100	100	47	47
<b>ИТОГО:</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>47</b>	<b>47</b>
ОБЕД	Суп картофельный с рисом	150	200	78	104
	Гуляш из отварной говядины	60	80	113	151
	Каша гречневая рассыпчатая	110	140	205	251
	Салат из свежих огурцов и помидор	40	60	53	79
	Хлеб пшеничный формовой	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>560</b>	<b>696</b>
ПОЛДНИК	Печенье Ушки	40	40	0	0
	Напиток кисломолочный	180	180	140	140
<b>ИТОГО:</b>		<b>220</b>	<b>220</b>	<b>140</b>	<b>140</b>
УЖИН	Ольды из печени	50	80	140	224
	каша перловая рассыпчатая	110	140	159	211
	Хлеб пшеничный формовой	40	40	0	0
	Какао с молоком	180	180	99	99
<b>ИТОГО:</b>		<b>380</b>	<b>440</b>	<b>398</b>	<b>534</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1665</b>	<b>1910</b>	<b>1444</b>	<b>1819</b>