

Меню основного питания

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада детского сада № 1 на 19.01.2026 года

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

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



Утверждено:
Заведующий МБ ДОУ № 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	Омлет натуральный	130	150	233	263
	Икра кабачковая	40	60	34	51
	Батон	40	40	0	0
	Сыр полутвердый Российский (порционно)	10	15	82	124
	Масло сливочное (порционное)	5	10	86	148
	Чай с лимоном	180	180	34	34
ИТОГО:		405	455	469	620
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	150	150	84,8	84,8
ИТОГО:		150	150	84,8	84,8
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
ИТОГО:		600	720	510	645
ПОЛДНИК	Булочка домашняя	50	50	0	0
	Напиток кисломолочный	180	180	140	140
ИТОГО:		230	230	140	140
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
ИТОГО:		440	500	243	279
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1825	2055	1306,8	1628,8