

Меню основного питания

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада детского сада № 1

на 21.01.2026 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	Каша пшеничная молочная жидкая	140	180	182	223
	Багон	40	40	0	0
	Масло сливочное (порционное)	5	10	86	148
	Чай с сахаром	180	180	34	34
ИТОГО:		365	410	302	405
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	150	150	84,8	84,8
ИТОГО:		150	150	84,8	84,8
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
	Соленый огурец	40	60	0	0
	Хлеб пшеничный	30	40	0	0
	Хлеб ржано-пшеничный	30	40	0	0
	Компот из смеси сухофруктов	180	180	111	111
ИТОГО:		600	740	518	632
ПОЛДНИК	Печенье Ушки	50	50	0	0
	Напиток кисломолочный	180	180	140	140
ИТОГО:		230	230	140	140
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
ИТОГО:		490	560	368,5	467
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1835	2090	1273,3	1588,8