



**Меню основного питания**

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада детского сада № 1

на 22.01.2026 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	Запеканка из творога	140	150	381	438
	Батон	40	40	0	0
	Масло сливочное (порционное)	5	10	86	148
	Кофейный напиток на молоке	180	180	90	90
<b>ИТОГО:</b>		<b>365</b>	<b>380</b>	<b>557</b>	<b>676</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 клецками	150	200	61	82
	Макаронные изделия отварные	110	140	142	189
	Бефстроганов из отварного мяса	60	80	131	169
	Соленый помидор	40	60	43	65
	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>488</b>	<b>616</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	Каша рисовая молочная вязкая	140	180	186	229
	Хлеб пшеничный	40	40	0	0
	Чай с сахаром	180	180	32	32
	Свежие фрукты	100	100	47	47
<b>ИТОГО:</b>		<b>460</b>	<b>500</b>	<b>265</b>	<b>308</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1795</b>	<b>1990</b>	<b>1534,8</b>	<b>1824,8</b>