

**Меню основного питания**

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада детского сада № 1  
на 28.01.2026 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	Свекольник	150	200	70	94
	Плов из курицы	160	210	341	448
	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	40	60	54	81
	Хлеб пшеничный формовой	30	40	0	0
	Хлеб ржаной	30	40	0	0
	Компот из сухофруктов	180	180	111	111
<b>ИТОГО:</b>		<b>590</b>	<b>730</b>	<b>576</b>	<b>734</b>
ПОЛДНИК	Пряник глазированный	50	50	0	0
	Напиток кисломолочный	180	180	140	140
<b>ИТОГО:</b>		<b>230</b>	<b>230</b>	<b>140</b>	<b>140</b>
УЖИН	Каша манная молочная жидкая	140	180	164	200
	Хлеб пшеничный формовой	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>243</b>	<b>279</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1795</b>	<b>1990</b>	<b>1600,8</b>	<b>1913,8</b>