

**Меню основного питания**

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада детского сада № 1

на 29.01.2026 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 из кабачков	40	60	34	51
	Батон	40	40	0	0
	Масло сливочное (порционное)	5	10	86	148
	Какао с молоком	180	180	99	99
<b>ИТОГО:</b>		<b>395</b>	<b>440</b>	<b>452</b>	<b>561</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 крупой	150	200	70	94
	Пюре картофельное	120	150	113	141
	Котлета мясная	50	80	89	146
	Салат из свеклы	40	60	43	65
	Хлеб пшеничный формовой	30	40	0	0
	Хлеб ржаной	30	40	0	0
	Компот из сухофруктов	180	180	111	111
<b>ИТОГО:</b>		<b>600</b>	<b>750</b>	<b>426</b>	<b>557</b>
ПОЛДНИК	Бутерброд с повидлом	20/30	30/40	202	258
	Напиток кисломолочный	180	180	140	140
<b>ИТОГО:</b>		<b>230</b>	<b>250</b>	<b>342</b>	<b>398</b>
УЖИН	Каша геркулесовая молочная вязкая	140	180	180	239
	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>259</b>	<b>318</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1835</b>	<b>2090</b>	<b>1563,8</b>	<b>1918,8</b>