

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 4 «Березка» пос. Новонезисино Шкотовского
муниципального района Приморского края

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 4
«Детский сад «Березка»
Т. Н. Жирова

Ежедневное меню основного питания

Дата: на 18.09 2024 г.

Возрастная категория: 1,5-3 года

Длительность пребывания воспитанника в детском саду: 10,5 часов

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша овсяная «Геркулес»	150	189,2
	Молочная вязкая		
	Бутерброд с маслом и сыром	25/3	146,3
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	150	74
Итого за завтрак:		328	409,5
Второй завтрак	Йогурт	150	133
Итого за обед:	Каши, Углеводы	40	40
	Борщ с курой	150	145,6
	Гуляш с мясом	50/100	148,5/149,3
	Каши гречневая рассыпчатая		
	Компот из смеси с/фрукт.	150	21,5
	Хлеб пшеничный	20	87,1
Итого за обед:	Хлеб ржаной	30	61,2
	Запеканка с творогом	500	613,2
	Чай с сахаром	150	243,3
Итого за полдник:		200	265,7
Итого за день:		1178	1421,4

С. ШИ
Сычева С.А. Шихан

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 4 «Березка» пос. Новонезисино Шкотовского
муниципального района Приморского края

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 4
«Детский сад «Березка»
Т. Н. Жирова

Ежедневное меню основного питания

Дата: на 18.09 2024 г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания воспитанника в детском саду: 10,5 часов

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша овсяная «Геркулес»	200	219,1
	Молочная вязкая		
	Бутерброд с маслом и сыром	30/3/9	200,8
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	200	77,1
Итого за завтрак:		442	497
Второй завтрак	Йогурт	150	133
Обед	Каши, Углеводы	60	60
	Борщ с курой	200	168,7
	Гуляш с мясом	70/150	152,9/224
	Каши гречневая рассыпчатая		
	Компот из смеси с/фрукт.	200	35,9
	Хлеб пшеничный	30	130,6
Итого за обед:	Хлеб ржаной	35	75,5
	Запеканка с творогом	685	787,6
	Чай с сахаром	70	178,3
Итого за полдник:		200	29,8
Итого за день:		270	208,1
Итого за день:		1547	1625,7

С. ШИ
Сычева С.А. Шихан