

УТВЕРЖДАЮ

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



Ежедневное меню **основного питания**

Дата: на 12.03 2025 г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания воспитанника в детском саду: 10,5 часов, день 8

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	200	197,3	
	Бутерброд с маслом и сыром	30/3/9	200,8	
	Молоко кипяченое	200	77,1	
Итого за завтрак:		442	475,2	
Второй завтрак	Сок	150	102	
Итого за второй завтрак:		150	102	
Итого за второй завтрак:	Салат из морской капусты и свеклы	60	34	
	Суп с клецками с курой	200	188,4	
	Рагу овощное с мясом	200	125,7	
	Компот из смеси с/фрукт.	200	35,9	
	Хлеб пшеничный	30	130,6	
	Хлеб ржаной	35	75,5	
	Итого за обед:		725	590,1
	Полдник	Оладьи со ступенным молоком	70	221
		Чай с сахаром	200	29,8
		Йогурт	150	133
Итого за полдник:		420	383,8	
Итого за день:		1737	1551,1	

em wife *Нурисикова 8А* *Сереж*

УТВЕРЖДАЮ

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



Ежедневное меню **основного питания**

Дата: на 12.03 2025 г.

Возрастная категория: 1,5-3 года

Длительность пребывания воспитанника в детском саду: 10,5 часов, день 8

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал	
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	150	175,9	
	Бутерброд с маслом и сыром	25/3/6	146,3	
	Молоко кипяченое	150	74	
Итого за завтрак:		334	396,2	
Второй завтрак	Сок	150	102	
Итого за второй завтрак:		150	102	
Итого за второй завтрак:	Салат из морской капусты и свеклы	40	23	
	Суп с клецками с курой	150	148,4	
	Рагу овощное	150	94,3	
	Компот из смеси с/фрукт.	150	21,5	
	Хлеб пшеничный	20	87,1	
	Хлеб ржаной	30	61,2	
	Итого за обед:		540	435,5
	Полдник	Оладьи со ступенным молоком	50	156
		Чай с сахаром	150	22,4
		Йогурт	150	133
Итого за полдник:		350	311,4	
Итого за день:		1374	1245,1	

em wife *Нурисикова 8А* *Сереж*