



Дата: на 17.03 2025 г.

Ежедневное меню основного питания

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания воспитанника в детском саду: 10,5 часов, день 1

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, г | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------|--------------------------------------|--------------|-------------------------------|
| Завтрак | Каша пшеничная молочная жидкая | 200 | 215 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 30/3 | 174 |
| | Кофейный напиток с молоком и сахаром | 200 | 77,1 |
| Итого за завтрак: | | 433 | 466,1 |
| Второй завтрак | Бананы | 75 | 66,7 |
| Итого за второй завтрак: | | 75 | 66,7 |
| Завтрак «Здоровье» | Салат «Здоровье» | 60 | 33 |
| | Суп из овощей с курой | 200 | 72 |
| | Плов с мясом | 200 | 384,5 |
| | Компот из смеси с/фрукт. | 200 | 35,9 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 130,6 |
| | Хлеб ржаной | 35 | 75,5 |
| Итого за обед: | | 725 | 731,5 |
| Полдник | Ватрушка с творогом | 70 | 191 |
| | Чай с сахаром | 200 | 29,8 |
| Итого за полдник: | | 270 | 188,8 |
| Итого за день: | | 1503 | 1453,1 |



Дата: на 17.03 2025 г.

Ежедневное меню основного питания

Возрастная категория: 1,5-3 года

Длительность пребывания воспитанника в детском саду: 10,5 часов, день 1

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, г | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------|--------------------------------------|--------------|-------------------------------|
| Завтрак | Каша пшеничная молочная жидкая | 150 | 104,7 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 25/3 | 124,5 |
| | Кофейный напиток с молоком и сахаром | 150 | 74 |
| Итого за завтрак: | | 328 | 303,2 |
| Второй завтрак | Бананы | 75 | 66,7 |
| Итого за второй завтрак: | | 75 | 66,7 |
| Завтрак «Здоровье» | Салат «Здоровье» | 40 | 22 |
| | Суп из овощей с курой | 150 | 55 |
| | Плов с мясом | 150 | 245,6 |
| | Компот из смеси с/фрукт. | 150 | 21,5 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 87,1 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 61,2 |
| Итого за обед: | | 540 | 492,4 |
| Полдник | Ватрушка с творогом | 50 | 136 |
| | Чай с сахаром | 150 | 22,4 |
| Итого за полдник: | | 200 | 158,4 |
| Итого за день: | | 1143 | 1020,7 |