

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 4
пос. Новонезино
Школовского
района
Приморского края
Н. Н. Жирова

Дата: на 05.06 2025 г.
Возрастная категория: 3-7 лет

Ежедневное меню основного питания

Длительность пребывания воспитанника в детском саду: 10,5 часов, день 9

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша молочная овсяная	200	219,1
	«Геркулес» вязкая		
	Бутерброд с маслом	30/3	174
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	200	77,1
Итого за завтрак:		433	422,9
Второй завтрак	Сок	150	102
Итого за второй завтрак:		150	102
Обед	Салат «Степной»	60	29
	Свекольник	200	176,3
	Рыба тушеная с овощами, каша рисовая рассыпчатая	70/150	173/224
	Компот из смеси с/фрукт.	200	35,9
	Хлеб пшеничный	30	130,6
	Хлеб ржаной	35	75,5
Итого за обед:		745	844,3
Полдник	Запеканка из творога	70	243,3
	Напиток из плодов шиповника	200	111
Итого за полдник:		270	354,3
Итого за день:		1598	1723,5

с/м/е
Успенкова Л.А.
Жирова Н.Н.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 4
пос. Новонезино
Школовского
района
Приморского края
Н. Н. Жирова

Дата: на 05.06 2025 г.
Возрастная категория: 1,5-3 года

Ежедневное меню основного питания

Длительность пребывания воспитанника в детском саду: 10,5 часов, день 9

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша молочная овсяная	150	189,2
	«Геркулес» вязкая		
	Бутерброд с маслом	25/3	124,5
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	150	74
Итого за завтрак:		328	336,1
Второй завтрак	Сок	150	102
Итого за второй завтрак:		150	102
Обед	Салат «Степной»	40	26
	Свекольник	150	149,2
	Рыба тушеная с овощами, каша рисовая рассыпчатая	50/100	130/149,3
	Компот из смеси с/фрукт.	150	21,5
	Хлеб пшеничный	20	87,1
	Хлеб ржаной	30	61,2
Итого за обед:		540	624,3
Полдник	Запеканка из творога	50	178,3
	Напиток из плодов шиповника	150	84
Итого за полдник:		200	262,3
Итого за день:		1218	1324,7

с/м/е
Успенкова Л.А.
Жирова Н.Н.