

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



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 4

детский сад «Березка»

Н. Н. Жирова

Ежедневное меню основного питания

Дата: на 11 сентября 2025 г.

Возрастная категория: 1,5 - 3 лет

Длительность пребывания воспитанника в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша овсяная «Геркулес»	150	189.2
	Бутерброд с маслом и сыром	25/6	146.3
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	150	77.1
Итого за завтрак:		332	412.6
Второй завтрак	Сок	102	75
Итого за второй завтрак:		102	75
Обед	Икра кабачковая	30	35.7
	Свекольник	150	149.2
	Рыба тушеная в томате	50	130
	Каша рисовая рассыпчатая	100	134
	Хлеб ржаной и пшеничный	30/20	61.2/87.1
	Компот из сухофруктов	150	21.5
Итого за обед:		530	618.7
Полдник	Запеканка из творога	80	178.3
	Напиток из плодов шиповника	150	83
Итого за полдник:		230	261.3
Итого за день:		1194	1367.6

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



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 4

детский сад «Березка»

Н. Н. Жирова

Ежедневное меню основного питания

Дата: на 11 сентября 2025 г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания воспитанника в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак	Каша овсяная «Геркулес»	200	219.1
	Бутерброд с маслом и сыром	35/9	200.8
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	200	74
Итого за завтрак:		444	463.9
Второй завтрак	Сок	102	75
Итого за второй завтрак:		102	75
Обед	Икра кабачковая	40	47.6
	Свекольник	200	176.3
	Рыба тушеная в томате	70	173
	Каша рисовая рассыпчатая	150	201
	Хлеб ржаной и пшеничный	35/30	75.5/130.6
	Компот из сухофруктов	200	35.9
Итого за обед:		725	839.6
Полдник	Запеканка из творога	90	243.3
	Напиток из плодов шиповника	200	111
Итого за полдник:		290	354.3
Итого за день:		1561	1732.8