

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

УТВЕРЖДАЮ

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

Ежедневное меню основного питания

Дата: на 19 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
	Пряник	9	33
Итого за второй завтрак:		111	108
Обед	Икра кабачковая	30	35.7
	Щи с курицей	150	131.1
	Оладьи из печени	50	131
	Макароны отварные	100	111.5
	Хлеб ржаной и пшеничный	30/20	61.2/87.1
	Компот из сухофруктов	150	21.5
Итого за обед:		530	579.1
Полдник	Омлет	60	113
	Пирожок с повидлом	50	141
	Чай с сахаром	150	22.4
	Снежок	150	126
Итого за полдник:		410	402.4
Итого за день:		1383	1502.1

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

УТВЕРЖДАЮ

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

Ежедневное меню основного питания

Дата: на 19 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
	Пряник	15	55
Итого за второй завтрак:		117	130
Обед	Икра кабачковая	40	47.6
	Щи с курицей	200	172
	Оладьи из печени	70	196
	Макароны отварные	150	172.3
	Хлеб ржаной и пшеничный	35/30	75.5/130.6
	Компот из сухофруктов	200	35.9
Итого за обед:		725	829.9
Полдник	Омлет	90	165
	Пирожок с повидлом	70	197
	Чай с сахаром	200	29.8
	Снежок	200	168
Итого за полдник:		560	559.8
Итого за день:		1846	1983.6