

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 4

детский сад «Березка»

Г. Н. Жирова

Ежедневное меню основного питания

Дата: на 23 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 молочная пшеничная	150	198.8
	Бутерброд с маслом	25	124.5
	Какао с молоком и сахаром	150	77.1
Итого за завтрак:		325	400.4
Второй завтрак	Сок	102	75
	Пряник	9	33
Итого за второй завтрак:		111	108
Обед	Суп из рыбных консерв	150	125.2
	Котлета мясная	50	163
	Каша гречневая рассыпчатая	100	149.3
	Хлеб ржаной и пшеничный	30/20	61.2/87.1
	Компот из сухофруктов	150	21.5
Итого за обед:		500	607.3
Полдник	Пирожок с капустой	50	114
	Чай с сахаром	150	22.4
Итого за полдник:		200	136.4
Итого за день:		1136	1252.1

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 4

детский сад «Березка»

Г. Н. Жирова

Ежедневное меню основного питания

Дата: на 23 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 молочная пшеничная	200	220.9
	Бутерброд с маслом	35	174
	Какао с молоком и сахаром	200	74
Итого за завтрак:		435	468.9
Второй завтрак	Сок	102	75
	Пряник	15	55
Итого за второй завтрак:		117	130
Обед	Суп из рыбных консерв	200	168.7
	Котлета мясная	70	225
	Каша гречневая рассыпчатая	150	224
	Хлеб ржаной и пшеничный	35/30	75.5/130.6
	Компот из сухофруктов	200	35.9
Итого за обед:		685	859.7
Полдник	Пирожок с капустой	70	159
	Чай с сахаром	200	29.8
Итого за полдник:		270	188.8
Итого за день:		1507	1647.4