

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



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ №4

детский сад "Берёзка"

Т.Н.Жирова Т.Н.Жирова

Ежедневное меню основного питания

Дата: на 10 октября 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 рисовая молочная	150	164
	Бутерброд с маслом и сыром	31	139,1
	Какао с молоком и сахаром	150	70
Итого за завтрак:		331	373,1
Второй завтрак:	Сок	75	33,8
	Вафли	9	60
Итого за второй		84	93,8
Обед:	Салат "Школьный"	40	40
	Суп с гречневой крупой	150	66
	Гуляш	50	212
	Макароны отварные	150	196
	Хлеб пшеничный	20	52
	Хлеб ржаной	30	77,7
	Компот из сухофруктов	150	82
Итого за обед:		590	725,7
Полдник:	Булочка "Веснушка"	50	149
	Омлет	60	113
	Чай с сахаром	150	18
	Снежок	150	126
Итого за полдник:		410	406
Итого за день:		1415	1598,6

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



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ №4

детский сад "Берёзка"

Т.Н.Жирова Т.Н.Жирова

Ежедневное меню основного питания

Дата: на 10 октября 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 рисовая молочная	200	215
	Бутерброд с маслом и сыром	44	194,8
	Какао с молоком и сахаром	200	93
Итого за завтрак:		444	502,8
Второй завтрак:	Сок	75	33,8
	Вафли	15	83
Итого за второй		90	116,8
Обед:	Салат "Школьный"	60	60
	Суп с гречневой крупой	200	90
	Гуляш	80	311
	Макароны отварные	100	130,6
	Хлеб пшеничный	30	78
	Хлеб ржаной	35	90,6
	Компот из сухофруктов	200	110
Итого за обед:		705	870,2
Полдник:	Булочка "Веснушка"	70	208
	Омлет	90	165
	Чай с сахаром	200	25
	Снежок	200	168
Итого за полдник:		560	566
Итого за день:		1799	2055,8