

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



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ №4
детский сад "Берёзка"
Т.Н.Жирова

Ежедневное меню основного питания

Дата: на **13 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 пшенная молочная	150	187
	Бутерброд с маслом и сыром	31	139,1
	Кофейный напиток с молоком и	150	70
Итого за завтрак:		331	396,1
Второй завтрак:	Сок	75	33,8
Итого за второй		75	33,8
Обед:	Салат "Здоровье"	40	32
	Суп из овощей	150	55
	Плов с мясом	150	294
	Хлеб пшеничный	20	52
	Хлеб ржаной	30	77,7
	Компот из сухофруктов	150	82
Итого за обед:		540	592,7
Полдник:	Ватрушка с творогом	50	136
	Кисель плодово-ягодный	150	57
	Яблоки	70	32,9
Итого за полдник:		270	225,9
Итого за день:		1216	1248,5

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



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ №4
детский сад "Берёзка"
Т.Н.Жирова

Ежедневное меню основного питания

Дата: на **13 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 пшенная молочная	200	250
	Бутерброд с маслом и сыром	44	194,8
	Кофейный напиток с молоком и	200	93
Итого за завтрак:		444	537,8
Второй завтрак:	Сок	75	33,8
Итого за второй		75	33,8
Обед:	Салат "Здоровье"	60	48
	Суп из овощей	200	72
	Плов с мясом	200	392
	Хлеб пшеничный	30	78
	Хлеб ржаной	35	90,6
	Компот из сухофруктов	200	110
Итого за обед:		725	790,6
Полдник:	Ватрушка с творогом	70	191
	Кисель плодово-ягодный	200	76
	Яблоки	75	32,2
Итого за полдник:		345	299,2
Итого за день:		1589	1661,4