

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 8 октября 2025 г.

Возрастная категория: 1,5 - 3 лет

Длительность пребывания воспитанника в детском саду: 10,5 часов

| Прием пищи        | Наименование блюда       | Вес<br>блюда, г | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|-------------------|--------------------------|-----------------|----------------------------------|
| Завтрак:          | Каша манная молочная     | 150             | 138                              |
|                   | Бутерброд с маслом       | 25              | 121,6                            |
|                   | Молоко кипяченое         | 150             | 82                               |
| Итого за завтрак: |                          | 325             | 341,6                            |
| Второй завтрак:   | Сок                      | 75              | 33,8                             |
|                   | Вафли                    | 9               | 60                               |
| Итого за второй   |                          | 84              | 93,8                             |
| Обед:             | Салат с морской капустой | 40              | 23                               |
|                   | Суп с клецками           | 150             | 44                               |
|                   | Рагу из овощей           | 100             | 132                              |
|                   | Хлеб пшеничный           | 20              | 52                               |
|                   | Хлеб ржаной              | 30              | 77,7                             |
|                   | Компот из сухофруктов    | 150             | 82                               |
| Итого за обед:    |                          | 490             | 410,7                            |
| Полдник:          | Оладьи со сгущенкой      | 60              | 156                              |
|                   | Напиток из шиповника     | 150             | 83                               |
|                   | Йогурт                   | 150             | 133                              |
|                   | Яблоки                   | 70              | 32,9                             |
| Итого за полдник: |                          | 430             | 404,9                            |
| Итого за день:    |                          | 1329            | 1251                             |

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 8 октября 2025 г.

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания воспитанника в детском саду: 10,5 часов

| Прием пищи        | Наименование блюда       | Вес<br>блюда, г | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|-------------------|--------------------------|-----------------|----------------------------------|
| Завтрак:          | Каша манная молочная     | 200             | 184                              |
|                   | Бутерброд с маслом       | 35              | 170,3                            |
|                   | Молоко кипяченое         | 175             | 96                               |
| Итого за завтрак: |                          | 410             | 450,3                            |
| Второй завтрак:   | Сок                      | 75              | 33,8                             |
|                   | Вафли                    | 15              | 83                               |
| Итого за второй   |                          | 90              | 116,8                            |
| Обед:             | Салат с морской капустой | 60              | 34                               |
|                   | Суп с клецками           | 200             | 59                               |
|                   | Рагу из овощей           | 150             | 198                              |
|                   | Хлеб пшеничный           | 30              | 78                               |
|                   | Хлеб ржаной              | 35              | 90,6                             |
|                   | Компот из сухофруктов    | 200             | 110                              |
| Итого за обед:    |                          | 675             | 569,6                            |
| Полдник:          | Оладьи со сгущенкой      | 85              | 221                              |
|                   | Напиток из шиповника     | 200             | 111                              |
|                   | Йогурт                   | 200             | 178                              |
|                   | Яблоки                   | 75              | 32,2                             |
| Итого за полдник: |                          | 560             | 542,2                            |
| Итого за день:    |                          | 1735            | 1678,9                           |