

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 9 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 овсянная "Геркулес"	150	198
	Бутерброд с маслом	25	121,6
	Кофейный напиток с молоком и	150	70
Итого за завтрак:		325	389,6
Второй завтрак:	Сок	75	33,8
	Вафли	9	60
Итого за второй		84	93,8
Обед:	Икра кабачковая	30	23,2
	Свекольник	150	66
	Рыба тушеная в томате	50	72
	Каша рисовая рассыпчатая	100	134
	Хлеб пшеничный	20	52
	Хлеб ржаной	30	77,7
	Компот из сухофруктов	150	82
Итого за обед:		530	506,9
Полдник:	Запеканка из творога	80	173,3
	Кисель плодово-ягодный	150	57
Итого за полдник:		230	230,3
Итого за день:		1169	1220,6

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 9 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 овсянная "Геркулес"	200	264
	Бутерброд с маслом	35	170,3
	Кофейный напиток с молоком и	200	93
Итого за завтрак:		435	527,3
Второй завтрак:	Сок	75	33,8
	Вафли	15	83
Итого за второй		90	116,8
Обед:	Икра кабачковая	40	31
	Свекольник	200	87
	Рыба тушеная в томате	70	100,9
	Каша рисовая рассыпчатая	150	201
	Хлеб пшеничный	30	78
	Хлеб ржаной	35	90,6
	Компот из сухофруктов	200	110
Итого за обед:		725	698,5
Полдник:	Запеканка из творога	90	195
	Кисель плодово-ягодный	200	76
Итого за полдник:		290	271
Итого за день:		1540	1613,6