

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

Ежедневное меню основного питания

Дата: на 13 ноября 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 пшеничная молочная	200	241
	Бутерброд с маслом	35	170,3
	Какао с молоком и сахаром	200	93
Итого за завтрак:		435	504,3
Второй завтрак:	Сок	75	33,8
Итого за второй		75	33,8
Обед:	Салат "Студенческий"	60	87
	Суп гороховый	200	122
	Тефтели рыбные	80	180,8
	Каша рисовая рассыпчатая	150	201
	Хлеб пшеничный	30	78
	Хлеб ржаной	35	90,6
	Компот из сухофруктов	200	110
Итого за обед:		755	869,4
Полдник:	Оладьи из творога	125	381
	Чай с сахаром	200	25
Итого за полдник:		325	406
Итого за день:		1590	1813,5

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

Ежедневное меню основного питания

Дата: на 13 ноября 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 пшеничная молочная	150	181
	Бутерброд с маслом	25	121,6
	Какао с молоком и сахаром	150	70
Итого за завтрак:		325	372,6
Второй завтрак:	Сок	75	33,8
Итого за второй		75	33,8
Обед:	Салат "Студенческий"	40	58
	Суп гороховый	150	91,5
	Тефтели рыбные	50	113
	Каша рисовая рассыпчатая	100	134
	Хлеб пшеничный	20	52
	Хлеб ржаной	30	77,7
	Компот из сухофруктов	150	82
Итого за обед:		540	608,2
Полдник:	Оладьи из творога	70	212
	Чай с сахаром	150	18
Итого за полдник:		220	230
Итого за день:		1160	1244,6