

Муниципальное дошкольное
образовательное учреждение детский сад «Улыбка»
(МДОУ «Улыбка»)

Утверждаю
Заведующий МДОУ «Улыбка»
_____ С.А.Данилова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ

Дата: на 1.09.2025г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 10 часов

<i>Прием пищи</i>	<i>Наименование блюда</i>	<i>Вес блюда</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углевод ы</i>	<i>Энергет ич.калл орийнос ть</i>
Завтрак	Каша пшеничная на молоке	200				211.09
	Чай сладкий	180				130.14
	Печенье	30				71.4
Итого за завтрак		410	13.99	12	61.48	412.63
Второй завтрак	Яблоко свежее	90	0.36	0.36	0.82	42.3
Обед	Суп рыбный	200				144.87
	Картофель тушеный с мясом. Салат из свёклы с зелёным горошком	50\150				53.35\1 52.83
	Компот из кураги	180				94.84
Итого за обед	Хлеб	30/610	22.0	14	77.98	627.47
Полдник	Ватрушка с повидлом	120				224.63
	Чай сладкий	150				69.67
Итого за полдник		120	8	5	67	294.3
Итого за день			40.88	31	206.84	1276.7