

Утверждаю

И.о. заведующего МБДОУ

«Д/сад № 28 «Буратино»

*Т.Н. Маннанова* Т.Н. Маннанова

« 17 » 2026 г.

# Ежедневное меню основного питания 10.

Дата:

**17 апреля 2026 года**

Возрастная категория: 4-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов



Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	белк и	жир ы	угле во ды	вит. С	Энерге тич. ценнос ть
<b>Завтрак</b>	<i>Каша рисовая молочная со сливочным маслом</i>	180/3	5.35	5.41	38.57	0.86	225,00
	<i>Чай с сахаром и яблоком</i>	180/6/1 о	0.11	0.06	6.99	1.03	28,70
	<i>Бутерброд со сливочным маслом</i>	30/5	2.29	4.50	15.49		11,68
<b>Итого за завтрак</b>		<b>414</b>	<b>7.75</b>	<b>9.97</b>	<b>61.05</b>	<b>1.89</b>	<b>365,38</b>
<b>Второй завтрак</b>	<i>Сок яблочный</i>	200	1.0		20.20	4.00	84,80
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>1.0</b>		<b>20.20</b>	<b>4.0</b>	<b>84,80</b>
<b>Обед</b>	<i>Салат из зеленого горошка</i>	50	1.49	2.59	3.13		41,80
	<i>Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне</i>	180	1.18	1.63	7.27	4.95	51,45
	<i>Жаркое по домашнем из отварной птицы</i>	200	15.67	10.64	19.60	0.72	236,20
	<i>Компот из смеси свежих фруктов</i>	180	0.20	0.11	8.93	7.40	39,47
	<i>Хлеб «Пшеничный»</i>	30	2.28	0.24	14.77		70,57
	<i>Хлеб «Ржаной»</i>	45	2.97	0.54	17.84		89,19
<b>Итого за обед</b>		<b>685</b>	<b>23.80</b>	<b>15.75</b>	<b>71.54</b>	<b>13.07</b>	<b>528,68</b>
<b>Полдник</b>	<i>Кефир 2,5%</i>	180	5.22	4.50	7.20	1.26	90,00
	<i>Пряники</i>	35	2.07	1.65	26.25		128,10
<b>Итого за полдник</b>							
<b>Ужин</b>	<i>Сырники из творога с повидлом</i>	120/30	22.66	17.45	34.00	0.46	379,80
	<i>Напиток из шиповника</i>	180/6	0.61	0.25	6.68	43.92	31,38
<b>Итого за ужин</b>		<b>554</b>	<b>30.56</b>	<b>23.84</b>	<b>74.13</b>	<b>45.64</b>	<b>629,28</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1853</b>	<b>63.10</b>	<b>49.56</b>	<b>226.9 3</b>	<b>64.6 0</b>	<b>1608,14</b>