



Утверждаю
Исполнителя МБДОУ
«Д/сад № 28 «Буратино»
Т.Н.Маннанова
«20» 01 2026 г.

Ежедневное меню основного питания 7.

20 января 2026 года

Дата:

Возрастная категория: 4-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая Ценность
<u>Завтрак</u>	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	214,80
	Кофейный напиток с молоком	180/6	74,58
	Батон с маслом сливочным и сыром	30/5/5	128,77
Итого за завтрак		409	418,15
<u>Второй завтрак</u>	Фрукты свежие	100	47,00
Итого за второй завтрак		100	47,00
<u>Обед</u>	Салат из квашенной капусты	50	42,85
	Борщ со свежей капустой на курином бульоне со сметаной	180/7	85,97
	Гуляш из отварной птицы	40/40	123,51
	Макаронные изделия со сливочным маслом	130/3	165,79
	Компот из свежих яблок	180	103,14
	Хлеб пшеничный	30	70,57
	Хлеб «Ржаной»	45	89,19
Итого за обед		705	681,02
<u>Полдник</u>	Напиток ацидофильный	180	92,00
Итого за полдник			
<u>Ужин</u>	Расстегай с рыбой	100	220,00
	Напиток из шиповника	180/6	31,38
Итого за ужин		466	343,48
Итого за день		1680	1489,55