



Утверждаю  
И.о. заведующего МБДОУ  
«Д/сад № 28 «Буратино»  
Т.Н.Маннанова  
« 3 » 03 2026 г.

## Ежедневное меню основного питания 7.

**3 марта 2026 года**

Дата:

Возрастная категория: 4-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

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