

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад компенсирующего вида № 28 «Буратино» г. Альметьевска»



Утверждаю  
И.о. заведующего МБДОУ  
«Д/сад № 28 «Буратино»  
Т.Н. Маннанова  
« 6 » 03 2026 г.

## Ежедневное меню основного питания 10.

**6 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 рисовая молочная со сливочным маслом</i>            | 180/3       | 225,00                  |
|                              | <i>Чай с сахаром и яблоком</i>                              | 180/6/10    | 28,70                   |
|                              | <i>Бутерброд со сливочным маслом</i>                        | 30/5        | 11,68                   |
| Итого за завтрак             |   | <b>414</b>  | <b>365,38</b>           |
| <b><u>Второй завтрак</u></b> | <i>Сок яблочный</i>   | 200         | 84,80                   |
| Итого за второй завтрак      |   | <b>180</b>  | <b>84,80</b>            |
| <b><u>Обед</u></b>           | <i>Салат из зеленого горошка</i>                            | 50          | 41,80                   |
|                              | <i>Суп картофельный с пшенной крупой на курином бульоне</i> | 180         | 54,45                   |
|                              | <i>Жаркое по домашнем из отварной птицы</i>                 | 200         | 236,20                  |
|                              | <i>Компот из смеси свежих фруктов</i>                       | 180         | 39,47                   |
|                              | <i>Хлеб «Пшеничный»</i>                                     | 30          | 70,57                   |
|                              | <i>Хлеб «Ржаной»</i>  | 45          | 89,19                   |
| Итого за обед                |   | <b>685</b>  | <b>528,68</b>           |
| <b><u>Полдник</u></b>        | <i>Кефир 2,5%</i>   | 180         | 90,00                   |
|                              | <i>Пряники</i>  | 35          | 128,10                  |
| Итого за полдник             |   |             |                         |
| <b><u>Ужин</u></b>           | <i>Сырники из творога с повидлом</i>                        | 120/30      | 379,80                  |
|                              | <i>Напиток из шиповника</i>                                 | 180/6       | 31,38                   |
| Итого за ужин                |   | <b>554</b>  | <b>629,28</b>           |
| Итого за день                |   | <b>1853</b> | <b>1608,14</b>          |