

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
«16» 01 2026 г.

Ежедневное меню основного питания 5.

Дата:

16 января 2026 года

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 жидкая молочная гречневая с маслом сливочным	180/3	225,90
	Чай без сахара с мармеладом	180/20	96,30
	Батон с сыром и сливочным маслом	30/5/5	128,77
	Итого за завтрак	418	4501,97
<u>Второй завтрак</u>	Фрукты свежие	100	47,00
	Итого за второй завтрак	100	47,00
	Салат из моркови с сахаром	60	31,38
	Суп гороховый с мясными фрикадельками	180/10	126,35
	Тефтели мясные	70	129,44
	Рагу из овощей	150	202,86
	Компот из смеси свежих фруктов	180	39,47
	Хлеб «Ржаной»	45	89,19
	Итого за обед	695	618,69
<u>Полдник</u>	Ряженка 2,5%	180	92,00
	Кондитерское изделие «сушки»	20	66,20
Итого на полдник			
<u>Ужин</u>	Рыба тушеная с овощами	50/25	105,00
	Пюре картофельное со сливочным маслом	140	128,10
	Хлеб пшеничный	35	82,25
	Чай с сахаром и лимоном	180/6/7	26,48
Итого за ужин		636	500,03
Итого за день		1848	1616,69