



Ежедневное меню основного питания 4.

Дата: **20 ноября 2025 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>	<i>Каша ячневая молочная со сливочным маслом</i>	180/3	214,80
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180/6	74,58
	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	30/5	111,68
Итого за завтрак		404	401,06
<u>Второй завтрак</u>	<i>Сок яблочный</i>	200	84,80
Итого за второй завтрак		200	84,8-
<u>Обед</u>	<i>Салат из свеклы с яблоками</i>	60	46,02
	<i>Щи со свежей капусты на бульоне из индейки со сметаной</i>	180/7	70,02
	<i>Индейка тушеная с овощами по татарски</i>	40/30	150,93
	<i>Макароны отварные со сливочным маслом</i>	130/3	165,79
	<i>Компот из урюка</i>	180	68,20
	<i>Хлеб «Пшеничный»</i>	35	82,25
	<i>Хлеб «Ржаной»</i>	45	89,19
Итого за обед		710	672,40
<u>Полдник</u>	<i>Ацидофильный напиток</i>	180	92,00
Итого за полдник			
<u>Ужин</u>	<i>Запеканка творожная с молоком сгущенным</i>	130/20	408,20
	<i>Чай с сахаром</i>	180/6	24,10
Итого за ужин		516,00	524,30
Итого за день		1830,00	1682,56