



УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ ДС № 16
«Светлячок»
А.И.Криулина
04 марта 2025

**Ежедневное меню основного питания
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения детского сада № 16 «Светлячок» муниципального
образования Староминский район
на 10 июня 2025 года**

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	130,0	177,1
	Чай с сахаром	150	28,2
	Бутерброды с сыром	7,7/4/23,3	111,71
Итого за завтрак		315,0	317,1
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	46
Итого за второй завтрак		100	46
Обед	Салат из свежих помидоров	40,0	29,68
	Суп картофельный с клецками	150,0	81,5
	Рыба, припущенная в молоке	85,0	94,2
	Капуста тушеная	120,0	108,1
	Компот из свежих плодов	150,0	74,0
	Хлеб пшеничный	20,0	47,0
	Хлеб ржаной	30,0	52,2
Итого за обед		595,0	490,4
Полдник	Сырники из творога	55/7	167,9
	Какао с молоком	150	92,9
Итого за полдник		220	260,8
Итого за день		1230,00	1114,3

Возрастная категория: от 3 года до 7 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	160,0	218,0
	Чай с лимоном	180,00	33,8
	Бутерброды с сыром	11,2/5,5/33,3	159,6
<i>Итого за завтрак</i>		390,00	411,5
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	46
	Витаминизированный напиток "Витошка"	50	18,75
<i>Итого за второй завтрак</i>		150	64,75
Обед	Салат из свежих помидоров	60	37,1
	Суп картофельный с клецками	200,0	108,7
	Рыба, припущенная в молоке	110	121,9
	Капуста тушеная	150	94,5
	Компот из свежих плодов	180	88,74
	Хлеб пшеничный	30	70,5
	Хлеб ржаной	40	70
<i>Итого за обед</i>		770,0	604,5
Полдник	Сырники из творога	80/10	263,8
	Какао с молоком	180	107
<i>Итого за полдник</i>		290	370,8
<i>Итого за день</i>		1600,0	1451,5