

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



Утверждаю  
И.о. заведующего МБДОУ  
«Д/сад № 28 «Буратино»

*С.М.Алиев* Т.Н.Маннанова  
«15» 12 2025 г.

### Ежедневное меню основного питания 1.

# 15 декабря 2025 года

Дата:

Возрастная категория: 4-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

| Прием пищи              | Наименование блюда                             | Вес<br>блюда   | Энергетическая<br>Ценность |
|-------------------------|------------------------------------------------|----------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b>          | Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом | 180/3          | 238,71                     |
|                         | Кофейный напиток с молоком                     | 180/6          | 74,58                      |
|                         | Бутерброд с маслом сливочным и сыром           | 30/5/5         | 128,77                     |
|                         |                                                |                |                            |
| Итого за завтрак        |                                                | <b>409</b>     | <b>442,06</b>              |
| <b>Второй завтрак</b>   | Фрукты свежие (яблочки)                        | 100            | 47,00                      |
| Итого за второй завтрак |                                                | <b>100</b>     | <b>47,00</b>               |
|                         | Икра кабачковая                                | 50             | 34,80                      |
|                         | Суп картофельный с клецками на курином бульоне | 180            | 107,24                     |
|                         | Плов из отварной птицы                         | 200            | 282,55                     |
|                         | Компот из свежих яблок                         | 180            | 103,14                     |
|                         | Хлеб «Ржаной»                                  | 45             | 89,19                      |
|                         | Хлеб « Пшеничный»                              | 35             | 82,25                      |
|                         |                                                |                |                            |
| Итого за обед           |                                                | <b>690</b>     | <b>699,17</b>              |
| <b>Полдник</b>          | Ацидофильный напиток                           | 180            | 92,00                      |
|                         | Кондитерское изделие (печенье)                 | 20             | 83,40                      |
|                         |                                                |                |                            |
| <b>Ужин</b>             | Котлеты рыбные                                 | 70             | 101,72                     |
|                         | Пюре картофельное с маслом сливочным           | 140/3          | 147,90                     |
|                         | Чай с сахаром                                  | 180/6          | 23,94                      |
|                         | Хлеб пшеничный                                 | 35             | 82,25                      |
|                         |                                                |                |                            |
| Итого за ужин           |                                                | <b>634</b>     | <b>531,20</b>              |
| Итого за день           |                                                | <b>1833,00</b> | <b>1719,43</b>             |