



Утверждаю

И.о. заведующего МБДОУ

«Д/сад № 28 «Буратино»

Т.Н.Маннанова

«25» 05 2026 г.

## Ежедневное меню основного питания б.

Дата:

25 мая 2026 года

Возрастная категория: 4-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белк и	жиры	углево ды	Вит С	Энерге тич ценност ь
<b><u>Завтрак</u></b>	<i>Каша манная молочная с маслом сливочным</i>	180/3	5.54	5.30	29.08	1.05	186,30
	<i>Чай с молоком и сахаром</i>	180/6	3.03	2.40	10.48	1.38	75,76
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	30/5	2.29	4.50	15.49		11,68
<b>Итого за завтрак</b>		<b>404</b>	<b>10.77</b>	<b>12.20</b>	<b>55.05</b>	<b>2.43</b>	<b>373,74</b>
<b><u>Второй завтрак</u></b>	<i>Сок яблочный</i>	200	1.00		20.20	4.00	84,80
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>200</b>	<b>1.00</b>		<b>20.20</b>	<b>4.00</b>	<b>84,80</b>
<b><u>Обед</u></b>	<i>Салат из кукурузы к/с</i>	50	1.44	3.09	4.02	4.65	49,65
	<i>Суп вермишелевый с куриными фрикадельками</i>	180/10	4.93	3.80	12.68	6.18	114,56
	<i>Голубцы ленивые со сметанно-томатным соусом</i>	120/30	10.16	10.45	21.01	0.65	201,98
	<i>Компот из сухофруктов</i>	180	0.60	0.08	16.81	0.65	71,52
	<i>Хлеб «Ржаной»</i>	45	2.97	0.54	17.84		89,19
<b>Итого за обед</b>		<b>615</b>	<b>20.10</b>	<b>17.96</b>	<b>72.36</b>	<b>12.13</b>	<b>526,90</b>
<b><u>Полдник</u></b>	<i>Катык 2,5%</i>	180	5.22	4.50	7.56	0.45	92,00
	<i>Кондитерское изделие (печенье)</i>	40	3.0	3.92	29.76		166,80
<b>Итого за полдник</b>							
<b><u>Ужин</u></b>	<i>Омлет натуральный</i>	150	13.94	24.83	2.64	0.28	289,66
	<i>Чай с сахаром и яблоком</i>	180/6/10	0.11	0.06	6.99	1.03	28,70
	<i>Хлеб пшеничный</i>	25	1.90	0.20	12.31		58,71
<b>Итого за ужин</b>		<b>591</b>	<b>24.17</b>	<b>33.51</b>	<b>59.26</b>	<b>1.76</b>	<b>635,97</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1810</b>	<b>56.04</b>	<b>63.67</b>	<b>206.87</b>	<b>20.32</b>	<b>1621,41</b>