

Утверждаю  
И.о. заведующего МБДОУ  
«Д/сад № 28 «Буратино»  
Т.Н. Маннанова  
« 4 » \_\_\_\_\_ 2025 г.

## Ежедневное меню основного питания 4.

4 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><u>Завтрак</u></b>            | <i>Каша ячневая молочная со<br/>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                     |
| <b><u>Второй<br/>завтрак</u></b> | <i>Сок яблочный</i>                                               | 200          | 84,80                      |
| Итого за второй завтрак          |                                                                   | 200          | 84,8-                      |
| <b><u>Обед</u></b>               | <i>Салат из свеклы с яблоками</i>                                 | 60           | 46,02                      |
|                                  | <i>Щи со свежей капусты на бульоне из<br/>индейки со сметаной</i> | 180/7        | 70,02                      |
|                                  | <i>Индейка тушеная с овощами по<br/>татарски</i>                  | 40/30        | 150,93                     |
|                                  | <i>Макароны отварные со сливочным<br/>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                     |
| <b><u>Полдник</u></b>            | <i>Ацидофильный напиток</i>                                       | 180          | 92,00                      |
| Итого за полдник                 |                                                                   |              |                            |
| <b><u>Ужин</u></b>               | <i>Запеканка творожная с молоком<br/>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                    |