

Ежедневное меню основного питания

на 28.01.2026 год

Возрастная категория: 3 года/ 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 9 часов/12 часов

Стоимость: 100/ 130рублей

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
Завтрак	Каша манная на молоке	150	165	210	240
	Батон с сыром	30/5	30/5	108	108
	Какао	150	200	76.67	92
Итого за завтрак		335	400	394.67	440
Второй завтрак	Сок Яблоко-персик	100	120	52	78
Обед	Рассольник	150	180	93.69	116
	Макароны отварные	120	150	121	143
	Тефтели мясные	50	50	70.5	70.5
	Хлеб пшеничный	30	40	43	67
	Хлеб ржаной	30	30	56,7	56,7
	Компот из сухофруктов+ Вит. С	150	200	75	140
	Салат из свежих овощей	40	60	26,4	44
	Итого за обед		670	830	328.19
Полдник					
	Печенье	50	50	208.5	208.5
	Чай	150	175	46.5	60
Итого за обед		200	225	255	268.5
Ужин					
	Суп с вермишелью	100	100	208.5	208.5
	Чай с сахаром	150	200	46.5	60
	Хлеб пшеничный	45	45	28	28
	Яблоко	100	150	113	170
Итого за ужин		295	345	283	296.5
Итого за день:		1500	1800	1260.9	1401.5