

Заведующий МБДОУ
Очурский детский сад «Колосок»
Баранова О. А.

Ежедневное меню основного питания

на 29.01.2026 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	Суп молочный рисовый	150	200	129.6	170
	Батон с маслом	20/10	30/10	129.7	129.7
	Какао со сгущенным молоком	150	200	76.67	92
Итого за завтрак		325	435	335.97	391.7
Второй завтрак					
	Сок Яблочный	100	120	52	78
Обед	Щи со сметаной	150	200	185.7	191.7
	Гречка отварная	120	150	135.33	188
	Бефстроганов с курицей	50	50	123	123
	Салат Свеколка	40	50	36.19	50.49
	Компот из сухофруктов с витамином С	150	200	81	82.44
	Хлеб пшеничный	60	80	117	135.6
	Хлеб ржаной	40	50	85.6	128.4
Итого за обед		610	780	763.82	899.63
Полдник					
	Макароны со сливочным маслом	100	150	113	170
	Чай	150	200	45.48	53.06
Итого за обед		250	350	158.48	223.06
Ужин					
	Суп картофельный	100	100	208.5	208.5
	Чай с сахаром	150	200	46.5	60
	Хлеб пшеничный	45	45	28	28
	Печенье	100	150	113	170
Итого за ужин		295	345	283	296.5
Итого за день:		1155	1475	1205.3	1419.19