

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 16 «СВЕТЛЯЧОК» С. МИХАЙЛОВКА
МИХАЙЛОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ
детский сад №16 «Светлячок»
с. Михайловка
Михайловского
муниципального округа
Т.В.Жилюк Т.В.Жилюк

Ежедневное меню основного питания

Дата: 26 января 2026 года

Возрастная категория: 1,5-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 10,5 часов

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюду от 1,5 до 3 | Выход блюду от 3-х до 7 | Энерг.цен ность от 1,5 до 3х лет | Энерг.цен ность от 3-х до 7 лет |
|-------------------------|--|-------------------------------|-------------------------------|---|--|
| ЗАВТРАК №1 | Каша пшенная молочная | 150г | 200 г | 119,09 | 158,79 |
| | Чай с сахаром | 150г | 180г | 36,96 | 44,35 |
| | Бутерброд с маслом | 30/4г | 30/5г | 78,0 | 108,0 |
| Итого за завтрак | | 334г | 415г | 234,05 | 311,14 |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 130г | 150г | 69,0 | 82,8 |
| | Вафля | 19г | 19г | 66,7 | 66,7 |
| Итого за завтрак | | 149г | 169г | 135,7 | 149,5 |
| ОБЕД | Огурец свежий | 20 | 30 | 10,3 | 12,6 |
| | Борщ на мясном бульоне со сметаной | 150г | 200г | 130,8 | 130,8 |
| | Гречка отварная, гуляш | 150 г | 180 г | 267,07 | 320,48 |
| | Компот из сухофруктов | 150г | 180г | 87,25 | 104,7 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 40г | 77,69 | 116,53 |
| Итого за обед | | 510г | 630г | 573,11 | 685,11 |
| ПОЛДНИК | Котлета мясная в том.соусе.,картофельное пюре. | 165г | 180г | 262,71 | 286,59 |
| | Кисель ягодный | 150г | 180г | 87,25 | 104,7 |
| | Яблоко | 100г | 100 г | 47,0 | 47,0 |
| Итого за полдник | | 415г | 460г | 396,96 | 438,29 |
| Итого за день | | 1408г | 1674г | 1339,82 | 1584,04 |
| Стоимость в день | | 213,00 | 221,80 | | |