



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПОЗНАВАТЕЛЬНО-РЕЧЕВОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ

«УСТЬ-НЕРСКИЙ ДЕТСКИЙ САД №3 «СКАЗКА»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая  Деменова Л.П.

Ежедневное меню МБДОУ «УНДС №3 СКАЗКА»  
НА 23 МАРТА 2023Г. Возрастная категория: 3 – 7 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10,5 часов

| Прием пищи                     | Наименование блюда        | Вес блюда   | Энергетическая ценность |
|--------------------------------|---------------------------|-------------|-------------------------|
| Завтрак                        | Каша кукурузная молочная  | 200         | 146,0                   |
|                                | Бутерброд с маслом. сыром | 5/12/35     | 185,7                   |
|                                | Кофейн. напиток с молок.  | 200         | 116                     |
| <b>Итого за завтрак</b>        |                           | <b>412</b>  | <b>393,3</b>            |
| Второй завтрак                 | сок                       | 100         | 42                      |
| <b>Итого за второй завтрак</b> |                           | <b>100</b>  | <b>42</b>               |
| Обед                           | Свекольник со смет.       | 200         | 49,99                   |
|                                | Плов с говядиной          | 170         | 305,15                  |
|                                | Салат из кв. капусты      | 50          | 41,6                    |
|                                | Хлеб ржаной               | 50          | 83,23                   |
|                                | Компот св. фруктов        | 180         | 66,0                    |
| <b>Итого за обед</b>           |                           | <b>650</b>  | <b>545,97</b>           |
| Полдник                        | Печенье                   | 50          | 227,15                  |
|                                | Йогурт питьевой           | 200         | 140                     |
|                                |                           |             |                         |
| <b>итого за полдник</b>        |                           | <b>250</b>  | <b>367,5</b>            |
| Ужин                           | Омлет                     | 120         | 267,93                  |
|                                | Сельдь с луком            | 90          | 97,2                    |
|                                | Хлеб пшенич.              | 40          | 105,2                   |
|                                | Чай с лимоном             | 200         | 32                      |
| <b>Итого за ужин</b>           |                           | <b>450</b>  | <b>502,33</b>           |
| <b>Итого за день:</b>          |                           | <b>1862</b> | <b>1851,1</b>           |