



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 №3СКАЗКА»  
НА 05 декабря 2023 г. Возрастная категория: 3 – 7 лет

Длительность пребывания детей в образовательной организации: 10,5 часов

| Прием пищи                     | Наименование блюда             | Вес блюда   | Энергетическая ценность |
|--------------------------------|--------------------------------|-------------|-------------------------|
| Завтрак                        | Каша геркулесовая молочная     | 200         | 224,5                   |
|                                | Бутерброд с маслом             | 5//30       | 116,1                   |
|                                | Какао с молоком                | 200         | 86                      |
| <b>Итого за завтрак</b>        |                                | <b>415</b>  | <b>426,6</b>            |
| Второй завтрак                 | апельсин                       | 100         | 29                      |
| <b>Итого за второй завтрак</b> |                                | <b>100</b>  | <b>29</b>               |
| Обед                           | Суп картофельный               | 180         | 81,0                    |
|                                | Мясо в сметанном соусе         | 80          | 107,2                   |
|                                | Макароны отварные              | 130         | 194,3                   |
|                                | Салат из огурц. и зел. горошка | 60          | 35,8                    |
|                                | Хлеб пшеничный                 | 50          | 131,5                   |
|                                | Компот из сухофруктов          | 200         | 116                     |
| <b>Итого за обед</b>           |                                | <b>680</b>  | <b>665,8</b>            |
| Полдник                        | Пирожок с яблоками             | 50          | 137,5                   |
|                                | Йогурт питьевой                | 200         | 140                     |
| <b>итого за полдник</b>        |                                | <b>250</b>  | <b>277,5</b>            |
| Ужин                           | Яйцо отварное                  | 40          | 63                      |
|                                | Винегрет                       | 180         | 164,8                   |
|                                | Хлеб пшеничный                 | 50          | 131,5                   |
|                                | Кисель                         | 200         | 91                      |
| <b>Итого за ужин</b>           |                                | <b>470</b>  | <b>450,3</b>            |
| <b>Итого за день:</b>          |                                | <b>1877</b> | <b>1849,2</b>           |