



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 30 января. 2024 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 манная молочная	200	201,5
	Бутерброд с маслом, сыром	5/12/35	187,5
	Чай	200	28
<b>Итого за завтрак</b>		<b>452</b>	<b>417</b>
Второй завтрак	Груша	100	47
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>47</b>
Обед	Рассольник со сметаной	180	86,9
	Гуляш из говядины	70	168,2
	Картофельное пюре	150	137,5
	Салат из кв. капусты	60	58,2
	Хлеб пшеничный	50	131,7
	Компот из сухофруктов	200	116
<b>Итого за обед</b>		<b>710</b>	<b>698,5</b>
Полдник	Печенье домашнее	50	227,5
	Кефир	200	106
<b>итого за полдник</b>		<b>250</b>	<b>333,5</b>
Ужин	Яйцо отварное	40	63
	Винегрет	160	146,4
	Кисель	200	96
	Хлеб ржаной	50	49,9
<b>Итого за ужин</b>		<b>450</b>	<b>355,3</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1962</b>	<b>1851,1</b>