



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С ПРИОРИТЕТНЫМ  
ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПОЗНАВАТЕЛЬНО-РЕЧЕВОМУ  
РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ  
«УСТЬ-НЕРСКИЙ ДЕТСКИЙ САД №3 «СКАЗКА»

УТВЕРЖДАЮ

№  
Заведующая

Деменева Л.П.

Ежедневное меню МБДОУ «УНДС №3СКАЗКА»  
НА 14 ОКТЯБРЯ . 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         | 201.1                   |
|                                | Бутерброд с маслом.сыром | 5/12/35     | 185.7                   |
|                                | Какао с молоком          | 200         | 86                      |
| <b>Итого за завтрак</b>        |                          | <b>440</b>  | <b>472.8</b>            |
| Второй завтрак                 | Груша                    | 100         | 47                      |
| <b>Итого за второй завтрак</b> |                          | <b>100</b>  | <b>47</b>               |
| Обед                           | Борщ со сметаной         | 180         | 103.4                   |
|                                | Плов из говядины         | 200         | 313.8                   |
|                                | Салат из св. овощей      | 60          | 44.5                    |
|                                | Хлеб ржаной              | 50          | 49.8                    |
|                                | Компот сухофруктовый.    | 200         | 116                     |
| <b>Итого за обед</b>           |                          | <b>690</b>  | <b>627.5</b>            |
| Полдник                        | Печенье                  | 50          | 165                     |
|                                | Молоко                   | 200         | 106                     |
| <b>итого за полдник</b>        |                          | <b>250</b>  | <b>271</b>              |
| Ужин                           | Каша гречневая с молоком | 250         | 201.2                   |
|                                | Чай                      | 200         | 28                      |
|                                | Мармелад                 | 50          | 155                     |
| <b>Итого за ужин</b>           |                          | <b>450</b>  | <b>384.2</b>            |
| <b>итого за день:</b>          |                          | <b>1930</b> | <b>1802.5</b>           |