



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



Ежедневное меню МБДОУ «УНДС №3СКАЗКА»  
НА 18 ноября 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         | 158.4                   |
|                                | Бутерброд с маслом, сыром | 5/10/35     | 185.7                   |
|                                | Какао с молоком           | 200         | 145.2                   |
| <b>Итого за завтрак</b>        |                           | <b>450</b>  | <b>489.3</b>            |
| Второй завтрак                 | Яблоко                    | 100         | 47                      |
| <b>Итого за второй завтрак</b> |                           | <b>100</b>  | <b>47</b>               |
| Обед                           | Борщ                      | 200         | 134.3                   |
|                                | Плов                      | 200         | 359                     |
|                                | Салат из капусты          | 60          | 52.44                   |
|                                | Хлеб пшеничный            | 50          | 131                     |
|                                | Компот яблочный           | 200         | 110                     |
| <b>Итого за обед</b>           |                           | <b>710</b>  | <b>786.7</b>            |
| Полдник                        | Батон с джемом            | 50          | 158.8                   |
|                                | Чай                       | 200         | 28                      |
| <b>итого за полдник</b>        |                           | <b>260</b>  | <b>186.8</b>            |
| Ужин                           | Гречневая каша рассыпуча  | 150         | 165                     |
|                                | Молоко                    | 100         | 58.                     |
|                                | Чай                       | 200         | 28                      |
|                                | Зефир                     | 40          | 163                     |
| <b>Итого за ужин</b>           |                           | <b>490</b>  | <b>356.5</b>            |
| <b>итого за день:</b>          |                           | <b>2000</b> | <b>1866.3</b>           |