

## Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение

детский сад № 26 «Василек»

Утверждаю

Заведующий МДОБУ №26

М.В. Закалюжная

## Ежедневное меню основного питания

6 день

Дата:

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 10,5 часов

| Прием пищи              | Наименование блюда                           | Вес блюда | Энергетическая ценность |
|-------------------------|----------------------------------------------|-----------|-------------------------|
| завтрак                 | Икра кабачковая                              | 60        | 71,40                   |
|                         | Омлет натуральный 160/5                      | 165       | 193,44                  |
|                         | Батон нарезной                               | 20        | 72,00                   |
|                         | Кофейный напиток с молоком                   | 200       | 67,50                   |
| Итого за завтрак        |                                              | 445       | 404,34                  |
| Второй завтрак          | Сок фруктовый                                | 200       | 92                      |
| Итого за второй завтрак |                                              | 200       | 92                      |
| обед                    | Нарезка из свежих овощей                     | 60        | 7,8                     |
|                         | Борщ с капустой и картофелем 190/15          | 205       | 127,32                  |
|                         | Рыбка «Янтарная»                             | 80        | 103,51                  |
|                         | Картофельное пюре                            | 150       | 135,03                  |
|                         | Компот из свежих яблок (витаминизированный ) | 200       | 33,50                   |
|                         | Хлеб ржаной                                  | 45        | 97,65                   |
|                         | Хлеб пшеничный                               | 35        | 84,70                   |
| Итого за обед           |                                              | 775       | 599,51                  |
|                         | Булочка промышленного производства           | 50        | 124,00                  |
|                         | Ряженка 2,5 %                                | 200       | 108,00                  |
| Итого за полдник        |                                              | 250       | 232,00                  |
| Итого за 6 день         |                                              | 1670      | 1327,85                 |