

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МДОУ "Эммаусский
детский сад общеразвивающего вида"



Ежедневное меню основного (организованного) питания на

16 января 2026 года для всех возрастных групп детей

МДОУ «Эммаусский детский сад общеразвивающего вида»

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции		Калорийность порции
		Дети до трех лет	Дети 3-7 лет	
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	180	153/193
	Хлеб пшеничный	30	40	72/96
	Чай с сахаром	150	180	30/43
		100	100	71,25/71,25
Второй завтрак	Сок			
Обед	Щи из свежей капусты с мясом	150/20	180/24	94,49/118
	Макароны отварные	110	130	112/168
	Биточки мясные	50	70	107,54/174,02
	Хлеб ржаной	40	50	81.6/102
	Чай с сахаром	170	180	30/43
		170	180	30/43
	Чай с сахаром			
Полдник	Печенье	12	20	88/166.8
Ужин	Запеканка из творога с рисом	90	100	149/165,56
	Повидло	10	10	320,58/320,58
	Чай с сахаром	170	180	30/43