

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МДОУ
"Эммаусский
детский сад
общеразвивающего вида"




И.А. Вавилова/

Ежедневное меню основного (организованного) питания на
13 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 гречневая молочная	150	180	146,0/184,0
	Хлеб пшеничный	30	40	72/96
	Чай с сахаром	150	180	30/43
Второй завтрак	Яблоко	100	100	67,1/67,1
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/20	180/24	62,8/104,7
	Плов с мясом	160	200	166/173
	Хлеб ржаной	40	50	81.6/102
	Компот из сухофруктов	150	180	73.2/97.6
Полдник	Печенье	12	20	53,85/107,7
	Чай с сахаром	170	180	30/43
Ужин	Рагу овощное	200	230	166/242
	Чай с сахаром	170	180	30/43