

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №4 города Пензы «Мозаика»
(МБДОУ детский сад №4 г. Пензы «Мозаика»)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

детский сад №4 «Мозаика»

Сидорова Н.В. Сидорова



Ежедневное меню основного питания

Дата: четверг «21» мая 2026г.

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Возрастная категория до 3 лет		Возрастная категория от 3 - до 7 лет	
		Вес блюда	Энергетическая ценность	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша молочная пшеничная	180	224,94	180	224,94
	Какао с молоком	150	70,01	180	84,01
	Хлеб пшеничный	30	64,33	40	85,78
	Масло сливочное	10	59,84	10	59,84
Итого на завтрак		370		410	
Второй завтрак	Яблоко	1	88	1	88
Итого второй завтрак					
Обед	Свекольник на к/ бульоне со сметаной	150/7	115,3	180/8,4	158,7
	Плов с мясом птицы	180	124,08	220	155,1
	Свежий помидор	40	6	50	7
	Компот из сухофруктов	150	80,58	180	96,69
	Хлеб ржаной	40	75,6	49	94
Итого обед		533		644	
Полдник	Суфле из рыбы	70	60,33	80	80,45
	Хлеб пшеничный	30	64,33	40	85,77
	Чай сладкий	150	36,96	180	44,35
Итого полдник		250		300	
		131,11		149,92	