



3 день меню

18 ОКТ 2025

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ "Детский сад № 37"
О.А. Григорьева

МЕНЮ Возрастная категория: 08.10.2025		ЯСЛИ		САД	
		с 1 года до 3 лет		с 3 до 7 лет	
		масса порции	ккал	масса порции	ккал
Завтрак					
Суп молочный с макаронными изделиями	200/2	152,0	200/5	155,0	
Бутерброд с сыром	20/5	93	30/6	123	
Чай с сахаром	150	28	180	34	
Итого ккал:		273,0		312	
Второй завтрак					
Пюре фруктовое	50	23			
Напиток из изюма	100	34			
Напиток клюквенный Б/п ,обогащенный витаминами			100	33	
Итого ккал:		57		33	
Обед					
Свекла долькой	30	11	50	16	
Рассольник Ленинградский	150/6/5	68	180/6/5	87,5	
Котлеты рубленые из птицы(паровые) с соусом молочным	50/15	119	70/30	160	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	80/30/5	130	150	282	
Компот из смеси сухофруктов	150	66	180	99	
Хлеб пшеничный	30	75	30	75	
Хлеб ржаной	30	60	30	60	
Итого ккал:		529		780	
Уплотненный полдник					
Каша жидкая молочная сборная из смеси круп с маслом	130/2	168	200/5	262,0	
Хлеб пшеничный	30	75			
Ватрушка с повидлом	60	194	80	258	
Напиток из сухофруктов	150	51	180	61	
Итого ккал:		488		581	
Итого ккал за день:		1364		1766	

Кипяченая питьевая вода