

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «ИВУШКА»

Хусаинова И.В.

МЕНЮ: 08 . 07 .2025г.

| Наименование блюда                               | До 3-х,<br>лет | С 3-х<br>до 7 лет | Калорийность<br>порции (ккал) |           |
|--------------------------------------------------|----------------|-------------------|-------------------------------|-----------|
|                                                  |                |                   | До 3-х<br>лет                 | С 3-х лет |
| <b>ЗАВТРАК:</b>                                  |                |                   |                               |           |
| Каша рисовая молочная<br>вязкая + м.слив.+ сахар | 150+5+5        | 160+5+5           | 151                           | 160       |
| Бутерброд со сл.маслом<br>и сыром                | 20+5+10        | 20+5+15           | 116                           | 134       |
| Чай+сахар+лимон                                  | 150+7+3,5      | 180+10+7          | 29                            | 41        |
| <b>2-ЗАВТРАК:</b>                                |                |                   |                               |           |
| Сок фруктовый                                    | 125            | 180               | 53                            | 77        |
| <b>ОБЕД:</b>                                     |                |                   |                               |           |
| Борщ с капустой и<br>картофелем + сметана        | 150+5          | 180+5             | 62                            | 74        |
| Котлета рубленая из<br>птицы                     | 50             | 70                | 137                           | 191       |
| Картофельное пюре +<br>огурец консервир.         | 110+20         | 130+30            | 101/2,2                       | 119/3,3   |
| Компот из сухофруктов                            | 150            | 180               | 85                            | 102       |
| Хлеб пшеничный                                   | 15             | 30                | 35                            | 71        |
| Хлеб ржаной                                      | 26             | 30                | 45                            | 52        |
| <b>ПОЛДНИК:</b>                                  |                |                   |                               |           |
| Сырники из творога +<br>повидло                  | 50+10          | 90+15             | 116                           | 209       |
| Кефир                                            | 160            | 200               | 80                            | 100       |