



И. о. заведующего МБ ДОУ № 29
Тажина В.С.
18.12.2023



МЕНЮ ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда. (1,5-3 лет)
Каша жидкая молочная с крупой (гречневой)	150
Батон	25
Масло	5
Сыр	10
Какао с молоком	180

ОБЕД

Борщ украинский	150
Тефтели рыбные тушеные	60
Каша вязкая (пшеничная)	110
Салат из соленых огурцов с луком	40
Хлеб ржаной	40
Хлеб пшеничный	15
Сок фруктовый	180

ПОЛДНИК

Ватрушка с творогом	100
Напиток кисломолочный	150

УЖИН

Омлет с зеленым горошком	130
Икра кабачковая	40
Хлеб пшеничный	15
Свежее яблоко	100
Чай с лимоном	180

Итого за день	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	ЭЦ, ккал	Выход, г.
1,5-3 лет	50,97	47,72	202,47	1495,27	1480



И. о. заведующего



МЕНЮ ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда. (3-7 лет)
Каша жидкая молочная с крупой (гречневой)	200
Батон	30
Масло	5
Сыр	15
Какао с молоком	200

ОБЕД

Борщ украинский	200
Тефтели рыбные тушеные	80
Каша вязкая (пшеничная)	130
Салат из соленых огурцов с луком	60
Хлеб ржаной	50
Хлеб пшеничный	20
Сок фруктовый	180

ПОЛДНИК

Ватрушка с творогом	100
Напиток кисломолочный	180

УЖИН

Омлет с зеленым горошком	150
Икра кабачковая	60
Хлеб пшеничный	20
Свежее яблоко	100
Чай с лимоном	200

Итого за день	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	ЭЦ, ккал	Выход, г.
3-7 лет	67,95	66,28	255,07	1983,32	1980,0