



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ №29  
Пашенко О.П.  
26.02.2024

## МЕНЮ ЗАВТРАК

| Наименование блюда                        | Вес блюда.<br>(3-7 лет) |
|---|-------------------------|
| Каша жидкая молочная с крупой (гречневой) | 200                     |
| Батон                                     | 30                      |
| Масло                                     | 5                       |
| 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<br>день | Белки<br>г. | Жиры<br>г. | Углеводы<br>г. | ЭЦ, ккал | Выход, г. |
|------------------|-------------|------------|----------------|----------|-----------|
| 3-7 лет          | 67,95       | 66,28      | 255,07         | 1983,32  | 1980,0    |



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБ ДОУ №29  
Грищенко О.П.  
26.02.2024

## МЕНЮ ЗАВТРАК

| Наименование блюда                        | Вес блюда.<br>(1,5-3 лет) |
|---|---------------------------|
| Каша жидкая молочная с крупой (гречневой) | 150                       |
| Батон                                     | 25                        |
| Масло                                     | 5                         |
| 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<br>день | Белки<br>г. | Жиры<br>г. | Углеводы<br>г. | ЭЦ, ккал | Выход, г. |
|------------------|-------------|------------|----------------|----------|-----------|
| 1,5-3 лет        | 50,97       | 47,72      | 202,47         | 1495,27  | 1480      |