



МЕНЮ ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда. (1,5-3 лет)	Энергетическая ценность
Омлет	130	208,55
Горох отварной консервированный	40	125,69
Батон	25	65,5
Масло сливочное	5	28,3
Сыр	10	36,4
Чай с лимоном	180	23,02

ОБЕД

Борщ	150	105,1
Биточки рыбные запеченные	60	126,86
Каша рассыпчатая (гречневая)	110	141,26
Салат из соленых огурцов с луком	40	25,05
Хлеб пшеничный	15	32,04
Хлеб ржаной	40	69,6
Компот из сушеных фруктов	150	33,12

ПОЛДНИК

Кондитерское изделие	25	104,28
Напиток кисломолочный	180	72

УЖИН

Каша жидкая молочная пшеничная	150	149,79
Плоды свежие	100	47
Хлеб пшеничный	15	32,04
Какао с молоком	180	89,17

Итого за день	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	ЭЦ, ккал	Выход, г.
3-7 лет	41,22	35,4	234,02	1557,65	1635



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБ ДОУ №29
Пашенко О.П.
04.05.2026

МЕНЮ ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда. (3-7 лет)	Энергетическая ценность
Омлет	150	240,63
Горох отварной консервированный	50	157,12
Батон	30	78,6
Масло сливочное	5	28,3
Сыр	15	54,6
Чай с лимоном	200	25,58

ОБЕД

Борщ	200	140,14
Биточки рыбные запеченные	80	169,15
Соус томатный	30	20,69
Каша рассыпчатая (гречневая)	130	166,95
Салат из соленых огурцов с луком	60	37,57
Хлеб пшеничный	20	42,72
Хлеб ржаной	50	87
Компот из сушеных фруктов	180	39,74

ПОЛДНИК

Кондитерское изделие	50	208,55
Напиток кисломолочный	200	80

УЖИН

Каша жидкая молочная пшеничная	200	199,72
Плоды свежие	100	47
Хлеб пшеничный	20	42,72
Какао с молоком	200	99,08

Итого за день	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	ЭЦ, ккал	Выход, г.
3-7 лет	52,02	43,04	299,61	1901,72	1950