

УТВЕРЖДАЮ
И.О.Заведующего МБ ДОУ №29
Галкина В.С.

07.10.2026

МЕНЮ

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда. (1,5-3 лет)	Энергетическая ценность
Каша жидкая молочная с крупой (Геркулес)	150	154,33
Батон	25	65,5
Масло сливочное	5	28,3
Какао с молоком	180	89,17

ОБЕД

Суп картофельный с бобовыми	150	102,35
Бефстроганов из отварного мяса	60	187,58
Макаронные изделия	110	168,65
Салат из квашеной капусты	40	16,4
Хлеб ржаной	40	69,6
Хлеб пшеничный йодированный	20	39,8
Компот из сухофрукты	150	33,12

ПОЛДНИК

Булочка «Веснушка»	60	199,38
Молоко кипяченное	180	108

УЖИН

Сельдь с луком	40	49,76
Картофель отварной	110	107,26
Горох отварной консервированный	40	125,69
Плоды и ягоды свежие	100	47
Хлеб пшеничный	15	32,04
Чай с лимоном	180	23,02

Итого за день	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	ЭЦ, ккал	Выход, г.
1,5-3 лет	42,42	38,22	235,12	1520,92	1625



УТВЕРЖДАЮ
И.О.Заведующего МБ ДОУ №29
_____ Галкина В.С.
07.10.2026

МЕНЮ

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда. (3-7 лет)	Энергетическая ценность
Каша жидкая молочная с крупой (Геркулес)	200	205,78
Батон	30	78,6
Масло сливочное	5	28,3
Какао с молоком	200	99,08

ОБЕД

Суп картофельный с бобовыми	200	136,46
Бефстроганов из отварного мяса	80	203,44
Макаронные изделия	130	199,32
Салат из квашеной капусты	60	24,61
Хлеб ржаной	50	87
Хлеб пшеничный йодированный	25	49,75
Компот из сушёных фруктов	180	39,74

ПОЛДНИК

Булочка «Веснушка»	80	265,84
Молоко кипяченное	180	108

УЖИН

Сельдь с луком	50	66,27
Картофель отварной	130	126,76
Горох отварной (консервированный)	50	157,12
Плоды и ягоды свежие	100	47
Хлеб пшеничный	25	53,4
Чай с лимоном	200	25,58

Итого за день	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	ЭЦ, ккал	Выход, г.
3-7 лет	55,14	43,83	281,68	1859,54	1935