

СОГЛАСОВАНО

И.о. заведующего МОУ Детский сад № 317

Щербина Л.Д.

Меню на		2026 (возраст от 3 до 7 лет)	
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энерг. Цен-ть
День 3			
Завтрак			
	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	191,3
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10	39,4
	БАТОН	20	52,4
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	64	68,6
II Завтрак			
	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	83,4
Обед			
	ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ	50	6,5
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	95,5
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150	215,8
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	46,0
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	81,6
Полдник			
	ПЕЧЕНЬЕ	50	208,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200	97,3
Ужин			
	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла)	60	47,8
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	70/30	257,0
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧЕВАЯ)	130	208,5
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	86,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	137,8
II Ужин			
	КЕФИР	180	92,5
Энергетическая ценность за день (ккал)			2057,6