МДОУ ДС №3 "Умка"

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

/Е.Б. Сухарев

МЕНЮ

"05" марта 2026 г. (четверг)

Список диет: **Все**

Наименование	Дети от 1 до 3 лет		Дети от 3 до 7 лет	
	Выход (г)	ККал	Выход (г)	ККал
Завтрак				
Каша из смеси круп с морковью (1 вариант)	150/5	223	—	—
Каша из смеси круп с морковью (1 вариант)	—	—	200/5	241
Каша из смеси круп с морковью (1в)б.м.	—	—	—	—
Чай с сахаром	—	—	175/5	32
Чай с сахаром	150/7	27	—	—
Сыр (порциями)	10	36	—	—
Сыр (порциями)	—	—	15	54
Хлеб пшеничный	40	79	—	—
Хлеб пшеничный	—	—	50	98
Второй завтрак				
Сок яблочный	—	—	—	—
Йогурт	150	122	150	122
Обед				
Яйца вареные	0.5 шт	32	—	—
Яйца вареные	—	—	0.5шт	47
Борщ с картофелем	—	—	180	155
Борщ с картофелем	150	127	—	—
Жаркое по-домашнему	—	—	80/140	265
Жаркое по-домашнему	60/110	181	—	—
Компот из смеси сухофруктов	—	—	180	102
Компот из смеси сухофруктов	150	85	—	—
Хлеб ржаной	—	—	50	87
Хлеб ржаной	30	52	—	—
Полдник				
Биточки или котлеты рисовые	150	219	—	—
Биточки или котлеты рисовые	—	—	200	291
Сок яблочный	—	—	180	76
сгущеное молоко	20	66	—	—
сгущеное молоко	—	—	30	99
Сок яблочный	150	64	—	—