МДОУ ДС №3 "Умка"

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

/Е.Б. Сухарева

# МЕНЮ

## "16" апреля 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 |
| 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** | | | | |
| 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 |
| сгущеное молоко | 20 | 66 | — | — |
| сгущеное молоко | — | — | 30 | 99 |
| Сок яблочный | 150 | 64 | — | — |
| Сок яблочный | — | — | 180 | 76 |

Дата: 15.04.2026

С