

МДОУ ДС №3 "Умка"

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий



Е.Б. Сухарева

МЕНЮ

"20" апреля 2026 г. (понедельник)

Список диет: Все

Наименование	Дети от 1 до 3 лет		Дети от 3 до 7 лет	
	Выход (г)	ККАЛ	Выход (г)	ККАЛ
Завтрак				
Каша 'Геркулес' жидкая на молоке	170/5/5	201,0	170/5/5	201,0
Кофейный напиток с молоком	150	70,0	0	
Кофейный напиток с молоком	0		180	91,0
Хлеб пшеничный	50	98,0	50	98,0
Второй завтрак				
Йогурт	150	122,0	150	122,0
Обед				
Салат из картофеля с солеными огурцами	0		50	43,0
Салат из картофеля с солеными огурцами	30	26,0	0	
Суп картофельный с мясными фрикадельками (из говядины)	0		180\20	168,0
Суп картофельный с мясными фрикадельками (из говядины)	135\15	126,0	0	
Тефтели из печени с рисом (с молочным соусом)	120	158,0	0	
Тефтели из печени с рисом (с молочным соусом)	0		160	217,0
Компот из смеси сухофруктов	0		180	102,0
Компот из смеси сухофруктов	150	85,0	0	
Хлеб ржаной	0		50	87,0
Хлеб ржаной	30	52,0	0	
Полдник				
Рыба, запеченная в омлете (минтай)	120	141,0	0	
Рыба, запеченная в омлете (минтай)	0		150	176,0
Пюре картофельное	0		130	119,0
Пюре картофельное	100	92,0	0	
Чай с сахаром	150/7	28,0	0	
Чай с сахаром	0		175/5	32,0
Хлеб пшеничный	35	69,0	0	
Хлеб пшеничный	0		40	79,0