МДОУ ДС №3 "Умка"

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

/Е.Б. Сухарева/

МЕНЮ

"16" июня 2026 г. (вторник)

Список диет: **Все**

Наименование	Дети от 1 до 3 лет		Дети от 3 до 7 лет	
	Выход (г)	ККал	Выход (г)	ККал
Завтрак				
Омлет с зеленым горошком	150	187	—	—
Омлет с зеленым горошком	—	—	175/5	321
Какао с молоком	150	89	—	—
Какао с молоком	—	—	180	107
Бутерброды с сыром	—	—	40/5/15	180
Бутерброды с сыром	50	154	—	—
Второй завтрак				
Сок яблочный	—	—	180	76
Сок яблочный	150	64	—	—
Обед				
Салат из моркови с курагой	—	—	50	32
Салат из моркови с курагой	30	19	—	—
Борщ со свежей капустой и картофелем	—	—	180	69
Борщ со свежей капустой и картофелем	150	127	—	—
Котлеты, биточки, шницели рубленые	60	139	—	—
Котлеты, биточки, шницели рубленые	—	—	80	183
Овощи в молочном соусе (1-й вариант)	—	—	130	79
Овощи в молочном соусе (1-й вариант)	100	61	—	—
Компот из свежих груш	150	74	—	—
Компот из свежих груш	—	—	180	88
Хлеб ржаной	—	—	50	87
Хлеб ржаной	30	52	—	—
Полдник				
Запеканка капустная (с маслом)	—	—	155	229
Запеканка капустная (с маслом)	115	182	—	—
Кисель из клюквы	—	—	180	95
Кисель из клюквы	150	79	—	—
Печенье	50	115	50	115