

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ: Н.Я.Костенко  
Н.Я.Костенко  
2025 г.



## МЕНЮ

на « 6 » октября 2025 г.

МБДОУ № 37 «Дюймовочка» с. Многоудобное

| Прием пищи                           | Младшая - Старшая группа (3-7 лет) |                                 |
|--------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------|
|                                      | Выход блюда в граммах              | Энергетическая ценность (ккал.) |
| <b>ЗАВТРАК</b>                       |                                    |                                 |
| 1. Каша пшеничная молочная           | 180                                | 241                             |
| 2. Кор. пшеницы на молоке.           | 180                                | 93                              |
| 3. Творожок с маком, сметаной 30/5/7 |                                    | 130,58                          |
| Всего за завтрак (к/кал.)            |                                    | 464,58                          |
| <b>2-й завтрак</b>                   |                                    |                                 |
| 1. Сок фруктовый                     | 120                                | 58,8                            |
| Всего за 2 завтрак (к/кал.)          |                                    | 58,8                            |
| <b>Обед</b>                          |                                    |                                 |
| Чера кабачковая                      | 36                                 | 31                              |
| 1. Рассольник со сметаной            | 180                                | 96                              |
| 2. Макароны домашние                 | 150/70                             | 375                             |
| 3. Картофель в супе                  | 180                                | 99                              |
| 4. Котлетки из свинины               | 38                                 | 81,32                           |
| 5. Кисель фруктовый                  | 30                                 | 68,10                           |
| Всего за обед (к/кал.)               |                                    | 750,42                          |
| <b>Полдник</b>                       |                                    |                                 |
| 50 1. Яблоко вареное                 | 50                                 | 48,50                           |
| 180 2. Чай с молоком                 | 180                                | 37,0                            |
| 30 3. Мармелад                       | 30                                 | 81,30                           |
| Всего за полдник (к/кал.)            |                                    | 196,80                          |
| Всего за день (к/кал.)               |                                    | 1470,6                          |

Старшая м/сестра 1