



Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 37 «Сказка»
Маркина Л.П.

МЕНЮ
03.06.2026

Завтрак

| Наименование блюд | Масса Порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Витамин |
|--|-----------------|------------------|------|--------|----------------------------|---------|
| | | белки | жиры | Угл-ды | Ккал | С |
| | сад | | | | | |
| | | Сад | Сад | Сад | сад | сад |
| Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным | 180/3 | 5,34 | 8,40 | 29,46 | 215,85 | 0,86 |
| Чай с молоком, сахаром | 180/6 | 3,03 | 2,40 | 10,48 | 75,76 | 1,38 |
| Бутерброд с сыром, маслом сливочным | 30/5/5 | 3,61 | 5,83 | 15,49 | 128,77 | 0,07 |

2-ой Завтрак:

| | | | | | | |
|-----------------------|-----|------|------|------|-------|-------|
| Фрукты свежие(яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 |
|-----------------------|-----|------|------|------|-------|-------|

Обед:

| | | | | | | |
|--|-------------|----------------|--------------|----------------|------------------|------|
| Салат из припущенной моркови с курагой | 60 | 0,82 | 3,13 | 5,14 | 51,96 | 7,20 |
| Рассольник ленинградский на курином бульоне, со сметаной | 180/7 | 2,99 | 8,01 | 25,60 | 198,54 | 6,11 |
| Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным | 70/2 130 | 12,17 11,79 | 8,10 2,96 | 11,32 30,29 | 167,20 196,94 | 0,63 |
| Гороховое пюре | 180 | 0,60 | 0,08 | 16,81 | 72 | 0,65 |
| Напиток из сухофруктов | | | | | | |
| Хлеб ржаной | 45 | 2,97 | 0,54 | 17,84 | 89,19 | 0 |

Полдник:

| | | | | | | |
|----------------------------------|-----|------|------|-------|-------|------|
| Кисломолочный напиток (катык) | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 92,00 | 0,45 |
| Сдоба обыкновенная | 50 | 3,88 | 2,36 | 26,15 | 141 | 0 |

Ужин:

| | | | | | | |
|----------------------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|
| Омлет натуральный | 150 | 13,94 | 24,83 | 2,64 | 289,66 | 0,28 |
| Напиток из шиповника | 180/6 | 0,61 | 0,25 | 6,68 | 31,38 | 43,92 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 82,25 | 0,00 |