



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

МЕНЮ

22.04.2026 г.

Завтрак

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

2-ой Завтрак:

<i>Фрукты свежие(яблоко)</i>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
------------------------------	-----	------	------	------	-------	-------

Обед:

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

Полдник:

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

Ужин:

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