



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

МЕНЮ
30.07.2026
Завтрак

Наименование блюд	Масса Порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин
	сад	белки	жиры	Угл-ды	Ккал	С
		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	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
---------------	-----	------	------	------	-------	-------

Обед:

Помидоры свежие порционно	50	0,55	0,10	1,90	11,00	8,75
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	12,17	8,10	11,32	167,20	0,63
Гороховое пюре	130	11,79	2,96	30,29	196,94	
Напиток из сухофруктов	180	0,60	0,08	16,81	72	0,65
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