



МБДОУ детский сад комбинированного вида № 37 «Радуга»

Утверждаю

Заведующая МБДОУ № 37

Садикова М.Р.



МЕНЮ
для санаторных групп
на 12 мая 2026 года (7 день)

| | Вес (масса) в граммах | | Энергетическая ценность | |
|--|-----------------------|---------------|-------------------------|----------------|
| | С 1 г. до 3-х лет | С 3-х до 7 л. | С 1 г. до 3-х лет | С 3-х до 7 л. |
| ЗАВТРАК | | | | |
| Каша ячневая с маслом сливочным | 140/5 | 180/5 | 184,57 | 228 |
| Кофейный напиток с молоком | 180/6 | 180/6 | 74,58 | 74,58 |
| Бутерброд с маслом | 25/5 | 30/5 | 98,50 | 111,68 |
| Кондитерское изделие (печенье) | 20 | 40 | 83,40 | 166,80 |
| 2-ОЙ ЗАВТРАК | | | | |
| Фрукты свежие | 150 | 150 | 70,5 | 70,5 |
| ОБЕД | | | | |
| Салат из квашеной капусты | 40 | 60 | 34,28 | 51,42 |
| Суп картофельный с пшенной крупой с куриными фрикадельками | 150/10 | 180/20 | 71,65 | 102,14 |
| Биточки рубленые из рыбы | 60 | 80 | 106,80 | 142,4 |
| Пюре картофельное | 120 | 150 | 109,8 | 132 |
| Компот из свежих яблок | 150 | 180 | 85,95 | 103,14 |
| Хлеб ржаной | 35 | 50 | 69,23 | 99,10 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 69,23 | 94 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | |
| Кипяченое молоко | 180 | 200 | 94,44 | 113,33 |
| Ватрушка с повидлом | 50 | 50 | 121,33 | 121,33 |
| Макаронные изделия отварные с сыром | 130 | 150 | 178,82 | 206,33 |
| Напиток из шиповника | 150/5 | 180/6 | 26,15 | 31,38 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 30 | 47 | 70,57 |
| Белки, Жиры, углеводы | | | 467,74 | 542,94 |
| Итого Ккал | | | 1527,67 | 1918,70 |

МЕНЮ
для общеразвивающих групп
на 12 мая 2026 года (7 день)

| | Вес (масса) в граммах | | Энергетическая ценность | |
|--|-----------------------|---------------|-------------------------|----------------|
| | С 1 г. до 3-х лет | С 3-х до 7 л. | С 1 г. до 3-х лет | С 3-х до 7 л. |
| ЗАВТРАК | | | | |
| Каша ячневая с маслом сливочным | 140/3 | 180/3 | 171,47 | 214,80 |
| Кофейный напиток с молоком | 180/6 | 180/6 | 74,58 | 74,58 |
| Бутерброд с маслом | 25/5 | 30/5 | 98,50 | 111,68 |
| 2-ОЙ ЗАВТРАК | | | | |
| Фрукты свежие | 100 | 150 | 47 | 47 |
| ОБЕД | | | | |
| Салат из квашеной капусты | 30 | 50 | 25,71 | 42,85 |
| Суп картофельный с пшенной крупой с куриными фрикадельками | 150/10 | 180/10 | 71,65 | 81,94 |
| Биточки рубленые из рыбы | 50 | 80 | 89 | 142,4 |
| Пюре картофельное | 120 | 140 | 109,8 | 128,10 |
| Компот из свежих яблок | 150 | 180 | 85,95 | 103,14 |
| Хлеб ржаной | 35 | 45 | 69,23 | 89,19 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | |
| Кипяченое молоко | 150 | 180 | 85 | 102 |
| Кондитерское изделие (печенье) | 20 | 40 | 83,4 | 166,8 |
| Макаронные изделия отварные с сыром | 130 | 150 | 178,82 | 206,33 |
| Напиток из шиповника | 150/5 | 180/6 | 26,15 | 31,38 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 30 | 47 | 70,57 |
| Белки, Жиры, углеводы | | | 420,37 | 577,08 |
| Итого Ккал | | | 1091,79 | 1612,76 |

Повар
Мед. работник

Смирнова Е.В.
Кузина С.А.