



МБДОУ детский сад комбинированного вида № 37 «Родничок»

Утверждаю
Заведующая МБДОУ № 37
Садыхова М.Р.



МЕНЮ
для санаторных групп
на 15 мая 2026 года (10 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 пшеничная молочная с маслом сливочным	140/5	180/5	205,26	254,36
Чай с сахаром, с яблоками	170/6/10	180/6/10	28,70	28,70
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	98,50	111,68
Йогурт в индивидуальной упаковке	150	150	76,66	76,66
2-ОЙ ЗАВТРАК				
Сок	200	200	84,80	84,80
ОБЕД				
Салат из зеленого горошка	30	50	25,08	41,80
Суп картофельный с рисовой крупой и томатом, с куриными фрикадельками	150/10	180/20	71,65	96,77
Капуста тушеная с мясом	150	185	169,20	205,10
Компот из свежих фруктов	150	180	32,89	39,47
Хлеб ржаной	35	40	69,23	79,12
Хлеб пшеничный	30	50	70,57	99,10
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Кефир	180	200	83	100
Кондитерское изделие (пряники)	35	35	128,10	128,10
Омлет натуральный	130	150	251,03	289,66
Напиток из шиповника	150/5	180/6	26,15	31,38
Хлеб пшеничный	20	30	47	70,57
Белки, Жиры, углеводы			535,28	619,71
Итого Ккал			1467,82	1752,18

МЕНЮ
для общеразвивающих групп
на 15 мая 2026 года (10 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 пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3	180/5	205,26	191,96
Чай с сахаром, с яблоками	170/6/10	180/6/10	28,70	28,70
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	98,50	111,68
2-ОЙ ЗАВТРАК				
Сок	200	200	84,80	84,80
ОБЕД				
Салат из зеленого горошка	30	50	25,08	41,80
Суп картофельный с рисовой крупой и томатом, с куриными фрикадельками	150/10	180/20	71,65	96,77
Капуста тушеная с мясом	150	185	169,20	205,10
Компот из свежих фруктов	150	180	32,89	39,47
Хлеб ржаной	35	45	69,23	89,19
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Кефир	150	180	83	90
Кондитерское изделие (пряники)	35	35	128,10	128,10
Омлет натуральный	130	150	251,03	289,66
Напиток из шиповника	150/5	180/6	26,15	31,38
Хлеб пшеничный	20	30	47	70,57
Белки, Жиры, углеводы			535,28	609,71
Итого килокалорий			1467,82	1528,18

Повар Мед. работник		Кандаурова И.Н. Кузина С.А.
------------------------	--	--------------------------------