

МБДОУ детский сад комбинированного вида № 37 «Родничок»



МЕНЮ

для санаторных групп
на 20 мая 2026 года (3 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 «Дружба» молочная с маслом сливочным	140/5	180/5	168,76	229,05
Чай с молоком, с сахаром	180/6	180/6	75,76	75,76
Бутерброд с сыром, с маслом	25/10/5	30/10/5	132,84	145,94
Йогурт в индивидуальной упаковке	150	150	76,66	76,66
2-ОЙ ЗАВТРАК				
Фрукты свежие	150	150	64,50	64,50
ОБЕД				
Салат из припущенной моркови с изюмом	40	60	25,68	38,52
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150/20	180/20	90,40	104,08
Биточки «Домашние»	60	80	132,68	176,80
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/2	130	136,73	179
Кисель	150	180	63	75,24
Хлеб ржаной	35	45	69,23	94
Хлеб пшеничный	30	40	70,57	99,10
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Катык	150	200	91,20	102,22
Кондитерское изделие (вафли)	20	20	108,50	108,50
Омлет натуральный	130	150	251,03	289,66
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	180/6/7	21,78	26,48
Рыба отварная	60	70	48	56
Напиток из шиповника	150/5	180/6	26,15	31,38
Хлеб пшеничный	30	30	70,57	70,57
Белки, Жиры, углеводы			595,45	658,26
Итого Ккал			1625,27	1940,31

МЕНЮ

для общеразвивающих групп
на 20 мая 2026 года (3 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 «Дружба» молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	155,56	215,85
Чай с молоком, с сахаром	180/6	180/6	75,76	75,76
Бутерброд с сыром, с маслом	25/5/5	30/5/5	115,67	128,77
2-ОЙ ЗАВТРАК				
Фрукты свежие	100	100	96	96
ОБЕД				
Салат из припущенной моркови с изюмом	40	60	25,68	38,52
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150/20	180/20	90,40	104,08
Биточки «Домашние»	50	70	110,54	154,75
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	110/2	130/3	136,73	165,79
Кисель	150	180	62,70	75,24
Хлеб ржаной	35	45	69,23	89,19
Хлеб пшеничный	20	30	47	70,50
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
Катык	150	180	76	92
Кондитерское изделие (вафли)	20	20	108,50	108,50
Омлет натуральный	130	150	251,03	289,66
Напиток из шиповника	150/5	180/6	26,15	31,38
Хлеб пшеничный	25	30	58,57	70,50
Белки, Жиры, углеводы			520,43	592,04
Итого Ккал			1505,70	1831,80

Повар
Мед. работник

Смирнова Е.В.
Кузина С.А.