



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ  
Быстрогогорским д/с «Колобок»  
А.А. Лобода

## МЕНЮ

01.10.2026 г.

4 день, 1 неделя

### ЗАВТРАК

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА             | НОРМА        |               | калорийность |
|--------------------------------|--------------|---------------|--------------|
|                                | (до 3-х лет) | (от 3-х до 7) |              |
| Суп молочный с макарон. издел. | 200          | 200           | 145,2        |
| Масло сливочное                | 5            | 5             | 33           |
| Чай с сахаром                  | 159          | 190           | 40           |
| Хлеб пшеничный                 | 20           | 20            | 71           |
| 2-ой завтрак: Яблоки           | 100          | 100           | 47,53        |

### ОБЕД

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА            | НОРМА        |               | калорийность |
|-------------------------------|--------------|---------------|--------------|
|                               | (до 3-х лет) | (от 3-х до 7) |              |
| Суп картофельный с горохом    | 180          | 180           | 97,2         |
| Тефтели из птицы 2-ой вариант | 60           | 70            | 90           |
| Соус сметанный                | 40           | 33            | 36,6         |
| Каша гречневая вязкая         | 120          | 130           | 126,1        |
| Капуста тушеная               | 20           | 20            | 14,64        |
| Компот из сухофруктов         | 150          | 180           | 101,7        |
| Хлеб пшеничный                | 30           | 30            | 71           |
| Хлеб ржаной                   | 30           | 30            | 52           |

### ПОЛДНИК

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | НОРМА        |               | калорийность |
|--------------------|--------------|---------------|--------------|
|                    | (до 3-х лет) | (от 3-х до 7) |              |
| Вареники ленивые   | 100          | 100           | 206          |
| Сметана            | 14           | 14            | 24,99        |
| Чай с сахаром      | 150          | 180           | 40           |