



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

05.02.2026 г.

МЕНЮ

ЗАВТРАК

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | НОРМА | | калорийность |
|-------------------------|--------------|---------------|--------------|
| | (до 3-х лет) | (от 3-х до 7) | |
| Омлет натуральный | 130 | 150 | 221.3 |
| Горошек зеленый | 30 | 40 | 47 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 104.12 |
| Чай с сахаром и лимоном | 150 | 180 | 41 |
| Сыр твердых сортов | 5 | 10 | 130 |
| 2 – ой завтрак: Яблоки | 100 | 100 | 68.2 |

ОБЕД

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | НОРМА | | калорийность |
|-------------------------------------|--------------|---------------|--------------|
| | (до 3-х лет) | (от 3-х до 7) | |
| Суп картоф.смясн.фрикад.насл.мас | 180 | 200 | 139.73 |
| Хлеб пшеничный. | 50 | 60 | 104.12 |
| Рыба запеч. с морковью в смет.соусе | 65 | 75 | 137.21 |
| Картофельное пюре. | 130 | 150 | 106.97 |
| Свекла отварная | 40 | 40 | 81.6 |
| Сок фруктовый | 150 | 180 | 190 |
| | | | |
| | | | |

ПОЛДНИК

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | НОРМА | | калорийность |
|----------------------------|--------------|---------------|--------------|
| | (до 3-х лет) | (от 3-х до 7) | |
| Булочка домашняя с сахаром | 45 | 60 | 228.20 |
| Какао с молоком | 150 | 180 | 118.69 |
| | | | |