

МБДОУ "Детский сад № 6"

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ Пыркова А.И.

**Меню приготавливаемых блюд на 18.12.2025**

Возрастная категория: 1-3 года/3-7 лет

| Прием пищи                       | Наименование блюда  | Вес блюда   |             | Энергетическая ценность |             |
|----------------------------------|---|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| Неделя 1<br>День 4               |   | 1-3 года    | 3-7 лет     | 1-3 года                | 3-7 лет     |
| завтрак                          | Каша вязкая молочная овсяная (геркулесовая) со сливочным маслом | 153         | 203         | 140.25                  | 186.08      |
|                                  | Кофейный напиток с молоком                                      | 150         | 180         | 87                      | 116         |
|                                  | Хлеб пшеничный  | 20          | 30          | 54.8                    | 82.2        |
|                                  | Масло сливочное порциями  | 5           | 5           | 37.5                    | 37.5        |
| <b>итого за завтрак</b>          |   | <b>328</b>  | <b>418</b>  | <b>320</b>              | <b>422</b>  |
| 2 завтрак                        | Сок фруктовый   | 100         | 101         | 46                      | 50          |
| обед                             | Суп картофельный с горохом                                      | 150         | 200         | 107.8                   | 134.75      |
|                                  | Голубцы ленивые (порциями)                                      | 160         | 180         | 182.02                  | 204.77      |
|                                  | Хлеб ржаной   | 32          | 40          | 52.8                    | 66          |
|                                  | Хлеб пшеничный  | 15          | 15          | 41.1                    | 41.1        |
|                                  | Компот из смеси сухофруктов                                     | 150         | 200         | 70.65                   | 94.2        |
| <b>итого за обед</b>             |   | <b>507</b>  | <b>635</b>  | <b>454</b>              | <b>541</b>  |
| полдник,<br>совмещенный с ужином | Омлет натуральный   | 95          | 105         | 140.92                  | 155.75      |
|                                  | Зелёный горошек   | 30          | 42          | 11.4                    | 15.2        |
|                                  | Хлеб пшеничный  | 20          | 30          | 54.8                    | 82.2        |
|                                  | Чай черный байховый с сахаром                                   | 150         | 200         | 36.48                   | 48.64       |
| <b>итого за полдник</b>          |   | <b>295</b>  | <b>377</b>  | <b>244</b>              | <b>302</b>  |
| <b>Итого за день:</b>            |   | <b>1230</b> | <b>1531</b> | <b>1064</b>             | <b>1314</b> |

Заведующий хозяйством \_\_\_\_\_

Кондратьева Т.В.