

# МБДОУ "Детский сад № 6"

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ Пыркова А.И.

## Меню приготавливаемых блюд на 05.03.2026

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
Неделя 1 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	102	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, совмещенный с ужином	Омлет натуральный	95	105	140.92	155.75
	Зелёный горошек	30	43	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>378</b>	<b>244</b>	<b>302</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1230</b>	<b>1533</b>	<b>1064</b>	<b>1314</b>

Заведующий хозяйством \_\_\_\_\_

Кондратьева Т.В.