

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «Детский сад  
комбинированного вида №3»  
И.В.Лопова

| <b>МЕНЮ НА 21 июля 2025 г.</b>        | <b>Гр. Ран.<br/>Возр.<br/>2 – 3 г.</b> | <b>Сад<br/>3 – 7 л.</b> | <b>Ккал гр.<br/>Ран.<br/>Возр.</b> | <b>Ккал. сад</b> |
|---------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------|------------------------------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>                        |                                        |                         |                                    |                  |
| Каша пшеничная молочная               | 150                                    | 180                     | 169                                | 203              |
| Чай с сахаром                         | 150                                    | 180                     | 29                                 | 36               |
| Батон с маслом                        | 30/5                                   | 40/7                    | 107,9                              | 170              |
| <b>Второй завтрак</b>                 |                                        |                         |                                    |                  |
| Сок (яблочный)                        | 100                                    | 100                     | 50                                 | 50               |
| <b>Обед</b>                           |                                        |                         |                                    |                  |
| Суп картофел. С зел горош. На<br>мк/б | 180                                    | 200                     | 114,3                              | 127              |
| Рисовая запеканка с мясом             | 180                                    | 200                     | 241                                | 290              |
| Компот из сх/ф                        | 150                                    | 180                     | 68,3                               | 82               |
| Хлеб ржаной/пшеничный                 | 40/15                                  | 50/20                   | 81/43                              | 82,7/45,4        |
| <b>Полдник</b>                        |                                        |                         |                                    |                  |
| Напиток кисломолочный                 | 140                                    | 150                     | 79,1                               | 81,4             |
| Свежие фрукты (яблоко)                | 12                                     | 20                      | 37                                 | 38               |
| <b>Ужин</b>                           |                                        |                         |                                    |                  |
| Картофель туш.                        | 130                                    | 150                     | 162                                | 210              |
| Пирог с повидлом                      | 70                                     | 80                      | 247                                | 294              |
| Какао с молоком                       | 150                                    | 180                     | 75,4                               | 138              |
| Хлеб пшеничный                        | 15                                     | 20                      | 43                                 | 45,4             |