

Утверждено  
Заведующий МКДОУ «Светоярский д/с №3»

О.А.Юдичева

МЕНЮ

на «17» апреля 2026 г.

День: пятница (Неделя: вторая)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции(г)		Энергетическая ценность (ккал)	
	1,5-3г	3-7г	1,5-3	3-7г
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша рисовая молочная	150	200	177.54	256.9
Батон с маслом	30/6	40/7	78	104
Чай с сахаром	150	200	61.2	79.1
<b>Итого:</b>	<b>336</b>	<b>447</b>	<b>316.74</b>	<b>440</b>
<b>2-й завтрак</b> Сок яблочный	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>30.3</b>	<b>30.3</b>
Приём пищи, наименование блюда	Масса порции(г)		Энергетическая	
<b>Обед</b>				
Суп вермишелевый со сметаной	180	200	155.2	181.49
Биточки куриные	60	70	191.33	245.99
Овощное рагу	130	140	198.43	220.45
Компот из с/ф	150	200	68.1	82.3
Хлеб пшеничный	30	40	64.3	85.77
Хлеб ржано -пшеничный	30	40	56.7	75.6
<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>690</b>	<b>734.06</b>	<b>891.6</b>
Приём пищи, наименование блюда	Масса порции(г)		Энергетическая	
<b>Полдник</b>				
Пирожок с картофелем	90	100	180.59	200.18
Кофейный напиток с молоком	150	200	82.6	90.2
<b>Итого:</b>	<b>240</b>	<b>300</b>	<b>263.19</b>	<b>290.38</b>
<b>Всего: за целый день</b>	<b>1256</b>	<b>1537</b>	<b>1344.29</b>	<b>1652.28</b>