



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ  
Быстроходский филиал Ростовской областной детско-юношеской спортивной школы олимпийского резерва  
А.А.Лобода



## МЕНЮ

10.03.2025 г.

### ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	НОРМА		калорийность
	(до 3-х лет)	(от 3-х до 7)	
Макарон.издел.отварн. с масл.сахар.	150	180	140.73
Чай с сахаром и лимоном	150	180	41
Хлеб пшеничный.	30	30	104.12
Масло сливочное.	5	10	74.28
<b>2-ой завтрак: Сок фруктовый</b>	<b>120</b>	<b>150</b>	<b>190</b>

### ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	НОРМА		калорийность
	(до 3-х лет)	(от 3-х до 7)	
Щи из свежей капусты на кур. / бул.	180	200	114.35
Хлеб пшеничный.	39	52	104.12
Птица отварная тушен.с овощами	60	70	207.74
Огурцы консерв.	30	40	6.8
Чай с сахаром	150	180	41

### ПОЛДНИК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	НОРМА		калорийность
	(до 3-х лет)	(от 3-х до 7)	
Пряники тигровые	30	30	342.1
Кофейный напиток	150	180	1.38