



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
Быстрогорский ЦС «Колобок»
А.А.Лобода

30.04.2026 г.

МЕНЮ

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	НОРМА		калорийность
	(до 3-х лет)	(от 3-х до 7)	
Омлет натуральный	130	150	221.3
Горошек зеленый	30	40	47
Хлеб пшеничный	30	30	104.12
Чай с сахаром и лимоном	150	180	41
Сыр твердых сортов	5	10	130
2 – ой завтрак: Яблоки	100	100	68.2

ОБЕД

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	НОРМА		калорийность
	(до 3-х лет)	(от 3-х до 7)	
Суп картоф.смясн.фрикад.насл.мас	180	200	139.73
Хлеб пшеничный.	50	60	104.12
Рыба запеч. с морковью в смет.соусе	65	75	137.21
Картофельное пюре.	130	150	106.97
Свекла отварная	40	40	81.6
Сок фруктовый	150	180	190

ПОЛДНИК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	НОРМА		калорийность
	(до 3-х лет)	(от 3-х до 7)	
Булочка домашняя с сахаром	45	60	228.20
Какао с молоком	150	180	118.69