

Утверждаю
Заведующий
МБДОУ «Лукоморье»
_____ Михеева О.М

Меню на 15.10.2026
Для детей от 1-го до 3-х лет

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность
		Калорийность, ккал
ЗАВТРАК		
Каша пшенная на цельном молоке со сл. маслом	150	133,58
Кофейный напиток с молоком цельным	150	91,01
Бутерброд с повидлом	40	81,75
ЗАВТРАК 2		
Банан	100	95
ОБЕД		
Морковь отварная - нарезка.	40	9,6
Рассольник Ленинградский м/к бульоне.	150	113,7
Котлета рыбная (минтай)	60	152,25
Рис отварной со сл. маслом.	110	103,61
Соус молочный	20	20,57
Компот из кураги и изюма	150	53,25
Хлеб пшеничный, йодированный.	30	70,5
ПОЛДНИК		
Кекс творожный	30	125,1
Чай с сахаром	180	37,89
УЖИН		
Суп картофельный с клецками на кур. бульоне	180	198,36
Чай с цельным молоком	180	88,99
Хлеб ржано-пшеничные	40	70,5

Меню на 15.10.2026
Для детей от 3 до 7 лет

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность
		Калорийность, ккал
ЗАВТРАК		
Каша пшеничная на цельном молоке со сл. маслом	180	160,29
Кофейный напиток с молоком цельным	180	84
Бутерброд с повидлом	55	91,01
ЗАВТРАК 2		
Банан	150	142,5
ОБЕД		
Морковь отварная - нарезка.	50	12
Рассольник Ленинградский на м/к бульоне	180	136,44
Котлета рыбная (минтай)	70	177,62
Рис отварной со сл. маслом.	130	122,45
Соус молочный	30	30,85
Компот из кураги и изюма	180	69,26
Хлеб пшеничный, йодированный.	40	94
ПОЛДНИК		
Кекс творожный	50	208,5
Чай с сахаром	200	42,1
УЖИН		
Суп картофельный с клецками на кур. бульоне	200	276,4
Чай с цельным молоком	200	98,88
Хлеб ржано-пшеничные	50	87