

Утверждаю
Заведующий
МБДОУ «Лукоморье»
_____ Михеева О.М

Меню на 03.11.2026
Для детей от 1-го до 3-х лет

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность
		Калорийность, ккал
ЗАВТРАК		
Каша кукурузная на цельном молоке со сл. маслом	150	102,75
Какао с молоком цельным	180	89,16
Бутерброд с сыром	40	89,28
ЗАВТРАК 2		
Снежок 2,5%	150	87
ОБЕД		
Горошек консервированный отварной.	30	11,4
Суп картофельный с крупой на м/к бульоне.	150	111,75
Голубцы - ленивые (говядина)	60	103,69
Макароны отварные со сл. маслом	110	116,43
Соус томатный.	20	17,86
Кисель из свежих ягод.	150	53,25
Хлеб пшеничный, йодированный	30	70,50
ПОЛДНИК		
Печенье	30	125,1
Чай с молоком.	180	88,99
УЖИН		
Запеканка творожная	160	434,39
Соус сладкий молочный	20	26,28
Чай с сахаром	180	37,89
Хлеб ржано-пшеничный	40	69,6

Меню на 03.11.2026
Для детей от 3 до 7 лет

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность
		Калорийность, ккал
ЗАВТРАК		
Каша кукурузная на цельном молоке со сл. маслом	180	123,3
Какао с молоком цельным	180	106,99
Бутерброды с сыром	50	111,61
ЗАВТРАК 2		
Снежок 2,5%	150	87
ОБЕД		
Горошек консервированный отварной.	50	19
Суп картофельный с крупой на м/к бульоне	180	134,1
Голубцы - ленивые (говядина)	70	120,97
Макароны отварные со сл. маслом	130	137,6
Соус томатный .	30	26,79
Кисель из свежих ягод	180	63,9
Хлеб пшеничный, йодированный.	40	94
ПОЛДНИК		
Печенье	50	208,5
Чай с молоком.	200	98,88
УЖИН		
Запеканка творожная.	170	482,66
Соус молочный сладкий	30	39,43
Чай с сахаром	200	46,2
Хлеб ржано-пшеничный	50	87