

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая МДОУ детский сад «Радуга»  
Герентьева Н.Н.  
07.03.2025



МДОУ детский сад «Радуга»  
Меню групп раннего возраста (1-3 лет)  
10.03.2025(6 день)

| Наименование блюда          | Масса порции, г | Калорийность порции |
|-----------------------------|-----------------|---------------------|
| Завтрак                     |                 |                     |
| Каша «Геркулес»             | 150             | 167                 |
| Чай сладкий с лимоном       | 150             | 39                  |
| Пряник                      | 20              | 81                  |
| Второй завтрак              |                 |                     |
| Яблоко                      | 80              | 22                  |
| Обед                        |                 |                     |
| Салат из свеклы             | 35              | 6                   |
| Суп овощной                 | 150             | 102                 |
| Биточки мясные с гречей     | 60/110          | 232                 |
| Компот с/фрукты             | 150             | 75                  |
| Хлеб ржаной                 | 30              | 68                  |
| Полдник                     |                 |                     |
| Вареники творожные с маслом | 90/3            | 261                 |
| «Снежок»                    | 150             | 87                  |
| Итого за день               | 1245            | 1262                |

МДОУ детский сад «Радуга»  
Меню дошкольных групп (3-7 лет)  
10.03.2025 (6 день)

| Наименование блюда          | Масса порции | Калорийность порции |
|-----------------------------|--------------|---------------------|
| Завтрак                     |              |                     |
| Каша «Геркулес»             | 200          | 223                 |
| Чай сладкий с лимоном       | 200          | 39                  |
| Пряник                      | 20           | 81                  |
| Второй завтрак              |              |                     |
| Яблоко                      | 95           | 26                  |
| Обед                        |              |                     |
| Салат из свеклы             | 45           | 65                  |
| Суп овощной                 | 200          | 128                 |
| Биточки мясные с гречей     | 70/130       | 284                 |
| Компот с/фрукты             | 200          | 100                 |
| Хлеб ржаной                 | 40           | 86                  |
| Полдник                     |              |                     |
| Вареники творожные с маслом | 100/3        | 282                 |
| «Снежок»                    | 200          | 102                 |
| Итого за день               | 1520         | 1505                |