



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 48 «Веснянка»

Токранова Н.А.

Меню на 03.10.2025 г.

Меню с 3-7 лет	Выход готового блюда	Ккал готового блюда (граммы)
Завтрак: Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3	233,10
Кофейный напиток с молоком	180/6	42,67
Бутерброд с маслом сливочным, сыром	30/5/10	146,10
10 ⁰⁰ Сок *Фрукт-драйв* яблочный	180	76,00
Обед:		
Огурцы свежие порционно	50	6,0
Суп картофельный с рисовой крупой, мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/5	79,60
Котлеты рыбные с маслом сливочным	70/3	144,36
Макаронные изделия отварные с овощами	130	163,28
Кисель ягодный	180	75,24
Хлеб пшеничный	25	58,75
Хлеб ржаной	45	89,10
Полдник:		
Кисломолочный напиток ряженка 2,5%жирности	180	91,80
Булочка «Российская»	30	88,50
Ужин:		
Каша гречневая с мясом и овощами	200	268,50
Напиток из шиповника	180	79,38
Хлеб пшеничный	30	70,50



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 48 «Веснянка»

Токранова Н.А.

Меню на 03.10.2025 г.

Меню С 1-3 лет	Выход готового блюда	Ккал готового блюда (граммы)
Завтрак: Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	185,66
Кофейный напиток с молоком	180/6	42,67
Бутерброд с маслом сливочным, сыром	25/5/10	132,83
10 ⁰⁰ Сок яблочный	125	52,77
Обед:		
Огурцы свежие порционно	30	3,6
Суп картофельный с рисовой крупой, мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5	72,05
Котлеты рыбные с маслом сливочным	50/2	102,20
Макаронные изделия отварные с овощами	110	138,16
Кисель ягодный	150	62,70
Хлеб ржаной	35	69,30
Полдник:		
Кисломолочный напиток ряженка 2,5 % жирности	150	76,00
Булочка «Российская»	30	88,50
Ужин:		
Каша гречневая с мясом и овощами	150	201,38
Напиток из шиповника	150	52,50
Хлеб пшеничный	20	47,00