

**Меню**  
МБДОУ №7 «ЯГОДКА»  
пгт Смоляниново



УТВЕРЖДАЮ  
Т.Н. Бакшеева  
«28» апреля 2025г

| Прием пищи                    | Ясли           |                         | Сад            |                         |
|-------------------------------|----------------|-------------------------|----------------|-------------------------|
|                               | Выход<br>в гр. | Энерг.<br>цен.<br>ккал. | Выход<br>в гр. | Энерг.<br>цен.<br>ккал. |
| <b>Завтрак</b>                |                |                         |                |                         |
| Каша молочная, фруктов        | 180            | 192,4                   | 200            | 250                     |
| Бутерброд с маслом<br>и сыром | 2016           | 746,3                   | 3519           | 200,8                   |
| Корбена каша с маслом         | 150            | 67,4                    | 200            | 126,3                   |
|                               |                |                         |                |                         |
| <b>Второй завтрак</b>         |                |                         |                |                         |
| сок                           | 200            | 90                      | 200            | 90                      |
|                               |                |                         |                |                         |
| <b>Обед</b>                   |                |                         |                |                         |
| Салат из зел. горошка         | 30             | 24,7                    | 60             | 49,4                    |
| Борщ из капусты               | 150            | 198                     | 250            | 256                     |
| Плов из риса и курицы         | 150            | 384,5                   | 180            | 245,6                   |
| Каша из серого риса           | 150            | 82                      | 30             | 73,1                    |
| Хлеб пшеничный,               | 20             | 87,1                    | 30             | 130,6                   |
| рыбный                        | 30             | 61,2                    | 37             | 45,5                    |
|                               |                |                         |                |                         |
| <b>Полдник</b>                |                |                         |                |                         |
| Булочка, молочная             | 50             | 162,6                   | 70             | 196,5                   |
| Чай с сахаром                 | 150            | 18                      | 200            | 25                      |
|                               |                | 1,514,8                 |                | 1,486,7                 |
|                               |                |                         |                |                         |