

Согласовано:

Заведующий

Т.С.Лёвочкина

Утверждаю:

Руководитель (ИП)

М.А.Косолапов

**Ежедневное меню**

**МБДОУ №37 г.Шахты на «10» 09 2026г.**

для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10-ти часовым  
пребыванием возрастной группы 3-7 года

**Неделя 1/день 4**

| Наименование блюд                               | Выход      |
|-------------------------------------------------|------------|
| <b>Завтрак</b>                                  |            |
| Каша жидкая молочная овсяная                    | 180        |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром            | 40         |
| Чай с сахаром                                   | 180        |
| <b>Итого</b>                                    | <b>400</b> |
| <b>2 завтрак</b>                                |            |
| Фрукты свежие                                   | 100        |
| <b>Итого</b>                                    | <b>100</b> |
| <b>Обед</b>                                     |            |
| Салат из свежих огурцов                         | 50         |
| Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной) | 185        |
| Картофель отварной                              | 130        |
| Котлеты рыбные                                  | 70         |
| Соус сметанный с томатами                       | 30         |
| Компот из свежих плодов с витамином С           | 180        |
| Хлеб ржаной                                     | 30         |
| Хлеб пшеничный                                  | 30         |
| <b>Итого</b>                                    | <b>705</b> |
| <b>Полдник</b>                                  |            |
| Оладьи (с повидлом)                             | 125        |
| Молоко кипяченое                                | 180        |
| <b>Итого</b>                                    | <b>305</b> |