



Утверждаю:

Руководитель (ИП)

И.С. Гевочкина

М.А. Косолапов

**Ежедневное меню**

**МБДОУ №37 г.Шахты на "29" 01 2025г.**

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

| Наименование блюд | Выход |
|-------------------|-------|
|-------------------|-------|

Полдник 17 день 4

**ЗАВТРАК**

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| Каша жидкая молочная овсяная | 180 |
| Сыр порциями                 | 10  |
| Хлеб пшеничный               | 30  |
| Чай с сахаром                | 180 |
| Итого                        | 400 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|               |     |
|---------------|-----|
| Фрукты свежие | 100 |
| Итого         | 100 |

**ОБЕД**

|                                              |     |
|----------------------------------------------|-----|
| Икра свекольная                              | 50  |
| Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 185 |
| Картофель отварной                           | 130 |
| Котлеты рыбные                               | 70  |
| Соус сметанный с томатом                     | 30  |
| Компот из свежих плодов с витамином С        | 180 |
| Хлеб ржаной                                  | 30  |
| Хлеб пшеничный                               | 30  |
| Итого                                        | 705 |

**ПОЛДНИК**

|                   |     |
|-------------------|-----|
| Оладьи с повидлом | 125 |
| Молоко кипяченое  | 180 |
| Итого             | 305 |