

Утверждаю
Заведующий МДОБУ
д/с №3 «Березка»
Глазкова О.В.

МЕНЮ
на 05.03.2026

Наименование блюда	Меню с 1,5 до 3 лет		Меню с 3 до 7 лет	
	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)
Завтрак				
Каша молочная кукурузная жидкая	150	181,35	200	201,5
Чай с сахаром	150	30	200	45
Бутерброд с сыром	25/10	144	25/12	146
Второй завтрак				
Кисломолочный продукт (Снежок)	100	78	100	78
Печенье	25	103,95	25	103,95
Обед				
Рассольник ленинградский с мясом птицы, со сметаной	150/7/10	102,06	250/8/15	126,52
Гуляш с мясом	60/25	160	70/30	187,32
Каша рассыпчатая гречневая	120	160,84	150	137,72
Компот из смеси сухофруктов	150	64,89	180	77,9
Хлеб пшеничный	50	117,2	50	117,2
Уплотненный полдник				
Блинчики с молоком сгущенным	75	234	75	234
Чай с сахаром	150	30	200	45
Итого стоимость одного дня	руб.		руб.	

Утверждаю
Заведующий МДОБУ
д/с №3 «Березка»
Глазкова О.В.

МЕНЮ
на 02.03.2026

Наименование блюда	Меню с 1,5 до 3 лет		Меню с 3 до 7 лет	
	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)
Завтрак				
Каша вязкая пшеничная молочная	150	159,75	200	213
Кофейный напиток с молоком	150	48,33	180	58
Бутерброд с маслом	25/5	123,16	25/7	132,4
Второй завтрак				
Яблоко	120	48,84	120	48,84
Обед				
Суп шахтерский с мясом птицы, со сметаной	150/10	115,2	200/15	144
Жаркое по-домашнему с мясом	180/15	207	200/25	230
Салат из свежей капусты	45	6,3	60	8,4
Компот из смеси сухофруктов	150	64,89	180	77,9
Хлеб пшеничный	50	117,2	50	117,2
Уплотненный полдник				
Макароны отварные с сыром	120/10	155,02	150/12	210,61
Чай с сахаром	150	30	200	45
Итого стоимость одного дня	руб.		руб.	

Утверждаю
Заведующий МДОБУ
д/с №3 «Березка»
Глазкова О.В.

МЕНЮ
на 06.03.2026

Наименование блюда	Меню с 1,5 до 3 лет		Меню с 3 до 7 лет	
	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)
Завтрак				
Каша вязкая рисовая молочная	150	144	200	192
Кофейный напиток с молоком	150	48,33	180	58
Бутерброд с маслом	25/5	123,16	25/7	132,4
Второй завтрак				
Сок фруктовый	100	52,8	100	52,8
Обед				
Суп гороховый с гренками, с мясом птицы	170/10	118,87	200/15	180
Котлета мясная	65	119,98	75	139,13
Макароны отварные с маслом	120	149,45	140	200,53
Огурец свежий	30		40	
Компот из смеси сухофруктов	150	64,89	180	77,9
Хлеб пшеничный	50	117,2	50	117,2
Уплотненный полдник				
Вареники с картофелем промышленного производства	120	201,08	150	297,78
Чай с сахаром	150	30	200	45
Итого стоимость одного дня	руб.		руб.	

Утверждаю
Заведующий МДОБУ
д/с №3 «Березка»
Глазкова О.В.

МЕНЮ
на 04.03.2026

Наименование блюда	Меню с 1,5 до 3 лет		Меню с 3 до 7 лет	
	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)
Завтрак				
Суп молочный с макарон. изделиями	150	116,25	200	155
Какао с молоком	150	50	180	60
Бутерброд с маслом	25/5	123,16	25/7	132,4
Второй завтрак				
Яблоко	120	48,84	120	48,84
Обед				
Суп картофельный с клецками, мясом птицы	150/10	74,7	250/15	132,92
Капуста, тушенная с мясом птицы	180/15	112,36	200/20	139,92
Компот из смеси сухофруктов	150	64,89	180	77,9
Хлеб пшеничный	50	117,2	50	117,2
Уплотненный полдник				
Рыба, тушенная с овощами	70	73,5	80	84
Картофельное пюре	120	107,4	150	128,98
Чай с сахаром	150	30	200	45
Хлеб пшеничный	25	70,32	25	70,32
Итого стоимость одного дня	руб.		руб.	

Утверждаю
Заведующий МДОБУ
д/с №3 «Березка»
Глазкова О.В.

МЕНЮ
на 03.03.2026

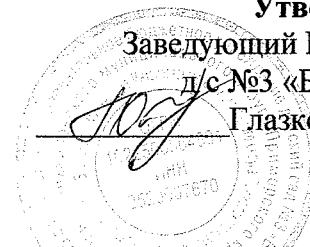
Наименование блюда	Меню с 1,5 до 3 лет		Меню с 3 до 7 лет	
	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)
Завтрак				
Каша овсяная (геркулесовая) молочная	150	140,25	200	187
Чай с сахаром	150	30	200	45
Бутерброд с сыром	25/10	144	25/12	146
Второй завтрак				
Кисломолочный продукт (Снежок)	100	78	100	78
Обед				
Борщ с капустой свежей с мясом птицы, со сметаной	150/7/10	57,38	250/8/15	95,22
Гуляш с печенью	60/25	102	70/35	187,32
Каша рассыпчатая рисовая	120	106,84	150	120
Огурец свежий	30		40	
Компот из смеси сухофруктов	150	64,89	180	77,9
Хлеб пшеничный	50	117,2	50	117,2
Уплотненный полдник				
Творожная запеканка с джемом				
Чай с сахаром	150	30	200	45
Итого стоимость одного дня	руб.		руб.	
сметаной				
Жаркое по-домашнему с мясом	180/15	207	200/25	230
Салат из свежей капусты	45	6,3	60	8,4
Компот из смеси сухофруктов	150	64,89	180	77,9
Хлеб пшеничный	50	117,2	50	117,2
Уплотненный полдник				
Макароны отварные с сыром	120/10	155,02	150/12	210,61
Чай с сахаром	150	30	200	45
Итого стоимость одного дня	руб.		руб.	

Утверждаю
Заведующий МДОБУ
д/с №3 «Березка»
Глазкова О.В.

МЕНЮ
на 13.03.2026

Наименование блюда	Меню с 1,5 до 3 лет		Меню с 3 до 7 лет	
	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)
Завтрак				
Каша молочная гречневая жидкая	150	181,35	200	201,5
Чай с сахаром	150	30	200	45
Бутерброд с маслом	25/5	123,16	25/7	132,4
Второй завтрак				
Сок фруктовый	100	52,8	100	52,8
Обед				
Суп рыбный	150/20	67,95	250/30	115,81
Печень по-строгановски	60	108	70	126
Картофельное пюре	120	107,4	150	128,98
Компот из смеси сухофруктов	150	64,89	180	77,9
Хлеб пшеничный	50	117,2	50	117,2
Уплотненный полдник				
Омлет с сыром	80/18	183	100/20	228,75
Чай с сахаром	150	30	200	45
Хлеб пшеничный	25	70,32	25	70,32
Итого стоимость одного дня	руб.		руб.	

Утверждаю
Заведующий МДОБУ
д/с №3 «Березка»
Глазкова О.В.



МЕНЮ
на 12.03.2026

Наименование блюда	Меню с 1,5 до 3 лет		Меню с 3 до 7 лет	
	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)
Завтрак				
Каша кукурузная молочная жидкая	150	181,35	200	201,5
Какао с молоком	150	50	180	60
Бутерброд с сыром	25/10	144	25/12	146
Второй завтрак				
Кисломолочный продукт (Снежок)	100	78	100	78
Печенье	25	103,95	25	103,95
Обед				
Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом птицы	150/10	115,8	250/15	163
Овощное рагу с мясом птицы	150/15	86,67	180/20	104
Компот из смеси сухофруктов	150	64,89	180	77,9
Хлеб пшеничный	50	117,2	50	117,2
Уплотненный полдник				
Каша рисовая с овощами	120	145,3	150	155,6
Огурец свежий	30		40	
Чай с сахаром	150	30	200	45
Хлеб пшеничный	25	70,32	25	70,32
Итого стоимость одного дня	руб.		руб.	

Утверждаю
Заведующий МДОБУ
д/с №3 «Березка»
Глазкова О.В.

МЕНЮ
на 11.03.2026

Наименование блюда	Меню с 1,5 до 3 лет		Меню с 3 до 7 лет	
	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)
Завтрак				
Каша овсяная (геркулесовая) молочная	150	140,25	200	187
Чай с сахаром	150	30	200	45
Бутерброд с маслом	25/5	123,16	25/7	132,4
Второй завтрак				
Яблоко	120	48,84	120	48,84
Обед				
Щи из свежей капусты, с мясом птицы, со сметаной	150/7/10	94,49	250/8/15	118
Тефтели мясо-крупяные	70	149,3	80	160,5
Макароны отварные с маслом	120	149,45	140	200,53
Огурец свежий	30		40	
Компот из смеси сухофруктов	150	64,89	180	77,9
Хлеб пшеничный	50	117,2	50	117,2
Уплотненный полдник				
Пельмени с мясом	100	155,02	120	210,61
Чай с сахаром	150	30	200	45
Итого стоимость одного дня	руб.		руб.	

Утверждаю
Заведующий МДОБУ
д/с №3 «Березка»
Глазкова О.В.

МЕНЮ
на 10.03.2026

Наименование блюда	Меню с 1,5 до 3 лет		Меню с 3 до 7 лет	
	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)	Масса порции (гр)	Энер. Ценность (ккал)
Завтрак				
Каша вязкая манная молочная	150	189,02	200	192
Кофейный напиток с молоком	150	48,33	180	58
Бутерброд с сыром	25/10	144	25/12	146
Второй завтрак				
Кисломолочный продукт (Снежок)	100	78	100	78
Обед				
Суп-лапша домашняя с птицей	170/10	115,15	200/15	143,94
Азу с мясом	180/15	175	200/25	194,44
Салат из свежей капусты	45	6,3	60	8,4
Компот из смеси сухофруктов	150	64,89	180	77,9
Хлеб пшеничный	50	117,2	50	117,2
Уплотненный полдник				
Каша гречневая с овощами и мясом	120/10	167,21	150/15	202,3
Огурец свежий	30		40	
Чай с сахаром	150	30	200	45
Хлеб пшеничный	25	70,32	25	70,32
Итого стоимость одного дня	руб.		руб.	