Утверждаю

 Заведующий МБДОУ № 276

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.В. Пузынина

***М Е Н Ю***

***на «06 » марта 2025 года***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование | Объем порций | Энергетическая ценность (ккал) |
| для детей до 3-х лет | с 3-х до 7 лет | для детей до 3-х лет | с 3-х до 7 лет |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |
| 1. Бутерброд с маслом и сыром | 35/5/9 | 50/5/13 | 110,59 | 125,78 |
| 2. Каша жидкая молочная | 130 | 200 | 109,13 | 167,89 |
| 3. Кофейный напиток с молоком | 150 | 180 | 53,08 | 57,90 |
|  |  |  |  |  |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |
| Кисломолочный напиток или молоко кипяченое | 100 | 130 | 53,00 | 63,6 |
|  |  |  |  |  |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |
| 1. Маринад овощной | 40 | 60 | 56,80 | 85,32 |
| 2. Плов с мясом | 130 | 180 | 235,65 | 326,28 |
| 3. Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом  | 180 | 200 | 74,32 | 82,57 |
| 4. Кисель из ягод свежемороженых | 180 | 200 | 50,67 | 62,35 |
| 5. Хлеб пшеничный | 15 | 20 | 35,25 | 47,00 |
| 6. Хлеб ржаной | 20 | 25 | 42,00 | 52,50 |
|  |  |  |  |  |
| **ПОЛДНИК**  |  |  |  |  |
| 1.Кисломолочный напиток или молоко кипяченое | 180 | 200 | 86,72 | 106,00 |
| 2. Кондитерские изделия | 30 | 55 | 106,20 | 194,70 |
|  |  |  |  |  |
| **УЖИН** |  |  |  |  |
| 1. Овощи натуральные соленые или свежие | 30 | 50 | 3,90 | 6,50 |
| 2. Картофельное пюре | 120 | 150 | 96,83 | 121,04 |
| 3. Тефтели рыбные | 60 | 70 | 83,48 | 97,39 |
| 4. Сок фруктовый | 160 | 200 | 28,80 | 36,00 |
| 5. Хлеб ржаной | 20 | 25 | 42,00 | 52,50 |
| 6. Хлеб пшеничный | 20 | 25 | 47,00 | 58,75 |
| **ИТОГО** |  |  |  | **1800** |

**1 день**