Утверждаю:

заведующий МБДОУ № 276

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Пузынина Е.В.

***М Е Н Ю***

***на « 21 » 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. Суп молочный с крупой | 150 | 200 | 109.05 | 145.40 |
| 2. Какао с молоком | 180 | 200 | 51.30 | 55.78 |
| 3. Бутерброд с маслом | 26 | 31 | 85.82 | 97.57 |
| 3. Яйцо отварное | 40 | 40 | 56.70 | 56.70 |
|  |  |  |  |  |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |
| Сок фруктовый | 180 | 200 | 134.80 | 172.00 |
|  |  |  |  |  |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |
| 1. Суп харчо со сметаной, с мясом | 180 | 200 | 88.21 | 98.01 |
| 2. Салат с кальмарами «Морской» с яблоками | 40 | 60 | 65.69 | 98.54 |
| 3. Запеканка картофельная с субпродуктами | 132 | 153 | 162.78 | 188.68 |
| 4. Компот из сухофруктов | 180 | 200 | 51.737 | 62.085 |
| 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 | 131.11 |
| 2. Булочка «Татарочка» с курагой | 50 | 60 | 167.40 | 200.87 |
|  |  |  |  |  |
| **УЖИН** |  |  |  |  |
| 1. Овощи консервированные | 30 | 50 | 3,90 | 6.50 |
| 2. Капуста тушенная с мясом | 150 | 150 | 151.87 | 151.87 |
| 3. Напиток из шиповника | 180 | 200 | 34.51 | 41.42 |
| 4. Хлеб пшеничный | 20 | 25 | 47.00 | 58.75 |
| 5. Хлеб ржаной | 20 | 25 | 42.00 | 52.50 |
| 6. Фрукты свежие | 95 | 100 | 36.10 | 96.00 |
| **ИТОГО** |  |  | **1452,84** | **1813,29** |

**12 день**