Утверждаю:

заведующий МБДОУ № 276

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

 ***М Е Н Ю***

***на « 24 » 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 | 44 | 53 | 110,59 | 125,78 |
| 2. Каша молочная с фруктами | 130 | 200 | 110,91 | 173,02 |
| 3. Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | 53,08 | 57,90 |
|  |  |  |  |  |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |
| 1. Кисломолочный напиток или молоко кипяченое | 100 | 130 | 54,52 | 69,37 |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |
| 1. Овощи натуральные соленые | 30 | 50 | 3,90 | 6,50 |
| 2. Суп картофельный с мясными фрикадельками | 180 | 200 | 114,35 | 127,06 |
| 3. Суфле из кур с рисом | 53 | 74 | 89,25 | 124,61 |
| 4. Макаронные изделия отварные с овощами | 110 | 150 | 119,33 | 164,92 |
| 5. Кисель из ягод замороженных | 180 | 200 | 50,67 | 62,35 |
| 6. Хлеб ржаной | 15 | 20 | 35,25 | 47,00 |
| 7. Хлеб пшеничный | 20 | 25 | 42,00 | 52,50 |
|  |  |  |  |  |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |
| 1. Компот из ягод замороженных | 90 | 200 | 21,21 | 25,183 |
| 2. Ватрушка с творогом из дрожжевого теста | 60 | 60 | 152,58 | 183,09 |
| **УЖИН** |  |  |  |  |
| 1. Салат кукуруза с яйцом | 40 | 60 | 52,53 | 78,79 |
| 2. Рагу из овощей с мясом | 150 | 200 | 132,42 | 176,56 |
| 3. Чай с лимоном | 180 | 200 | 20,09 | 24,11 |
| 4. Фрукты свежие | 95 | 100 | 96,00 | 96,00 |
| 5. Хлеб ржаной | 20 | 25 | 47,00 | 58,75 |
| 6. Хлеб пшеничный | 20 | 25 | 42,00 | 52,50 |
| **ИТОГО** |  |  | **1347,68** | **1767,16** |

**13 день**