Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 276

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

**М Е Н Ю**

**на « 27 »  *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. Каша жидкая молочная | 130 | 200 | 109,13 | 167,89 |
| 2. Бутерброд с маслом и сыром | 44 | 53 | 110,59 | 125,78 |
| 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. Икра кабачковая | 30 | 50 | 35,70 | 59,50 |
| 2. Свекольник со сметаной, с мясом | 180 | 200 | 180 | 85,92 |
| 3. Гуляш | 60 | 80 | 103,52 | 118,32 |
| 4. Каша перловая рассыпчатая | 110 | 150 | 145,251 | 190,89 |
| 5. Кисель из ягод замороженных | 180 | 200 | 50,67 | 62,35 |
| 6. Хлеб пшеничный | 15 | 20 | 35,25 | 47,00 |
| 7. Хлеб ржаной | 20 | 25 | 42,00 | 52,50 |
|  |  |  |  |  |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |
| 1. Кисломолочный напиток или молоко кипяченое | 180 | 200 | 118,00 | 131,11 |
| 2. Батон | 20 | 50 | 47,60 | 119,00 |
|  |  |  |  |  |
| **УЖИН** |  |  |  |  |
| 1. Сельдь с луком репчатым | 60 | 70 | 104,94 | 112,43 |
| 2. Картофель отварной | 120 | 130 | 109,92 | 119,08 |
| 3. Чай с лимоном | 180 | 200 | 20,09 | 24,11 |
| 4. Хлеб пшеничный | 20 | 25 | 47,00 | 52,50 |
| 5. Хлеб ржаной | 20 | 25 | 42,00 | 58,75 |
|  |  |  |  |  |
| **ИТОГО** |  |  | **1301,33** | **1664,40** |

**16 день**