Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 276

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.В. Пузынина

**М Е Н Ю**

**на « 31 » 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 | 130 | 200 | 94,51 | 145,40 |
| 2. Какао с молоком | 180 | 200 | 51,30 | 55,78 |
| 3. Яйцо отварное | 40 | 40 | 56,70 | 56,70 |
| 4. Бутерброд с маслом | 26 | 31 | 85,82 | 97,57 |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |
| Сок фруктовый | 180 | 200 | 134,80 | 172,00 |
|  |  |  |  |  |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |
| 1. Салат «Овощная мозаика» | 40 | 60 | 42,62 | 63,94 |
| 2. Борщ с капустой свежей со сметаной с мясом | 180 | 200 | 70,03 | 77,81 |
| 3. Печень говяжья по-строгановски | 60 | 70 | 124,24 | 144,94 |
| 4. Картофельное пюре | 120 | 150 | 96,83 | 121,04 |
| 5. Компот из сухофруктов | 180 | 200 | 51,737 | 62,085 |
| 6. Хлеб ржаной | 15 | 20 | 42,00 | 47,00 |
| 7. Хлеб пшеничный | 20 | 25 | 35,25 | 52,50 |
|  |  |  |  |  |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |
| 1. Кисломолочный напиток или молоко кипяченое | 180 | 200 | 118,00 | 131,11 |
| 2. Крендель сахарный | 50 | 60 | 166,13 | 199,35 |
|  |  |  |  |  |
| **УЖИН** |  |  |  |  |
| 1. Овощи натуральные соленые или свежие | 30 | 50 | 3,90 | 6,50 |
| 2. Капуста, тушеная с мясом | 150 | 150 | 151,87 | 151,87 |
| 3. Напиток из шиповника | 180 | 200 | 34,51 | 41,42 |
| 4. Фрукт свежий | 95 | 100 | 36,10 | 58,75 |
| 5. Хлеб ржаной | 20 | 25 | 42,00 | 52,50 |
| 6. Хлеб пшеничный | 20 | 25 | 47,00 | 96,00 |
|  |  |  |  |  |
| **ИТОГО** |  |  | **1485,36** | **1834,27** |

**17 день**