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 7лет |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |
| 1. Каша молочная с фруктами | 130 | 200 | 110,91 | 173,02 |
| 2. Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | 53,08 | 57,90 |
| 3. Хлеб пшеничный | 20 | 40 | 47,00 | 94,00 |
|  |  |  |  |  |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |
| 1. Кисломолочный напиток или молоко кипяченое | 100 | 130 | 54,52 | 69,37 |
|  |  |  |  |  |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |
| 1. Салат «Морской» | 40 | 60 | 65,69 | 98,54 |
| 2. Суп картофельный с бобовыми, с мясом | 180 | 200 | 94,04 | 104,49 |
| 2. Гренки из пшеничного хлеба | 15 | 25 | 35,25 | 58,75 |
| 3. Азу | 60 | 70 | 95,28 | 111,19 |
| 4. Макаронные изделия отварные с овощами | 110 | 150 | 119,33 | 164,92 |
| 5. Кисель из свежих ягод | 180 | 200 | 50,67 | 62,35 |
| 6. Хлеб ржаной | 20 | 25 | 42,00 | 52,50 |
|  |  |  |  |  |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |
| 1. Компот из ягод замороженных | 180 | 200 | 21,21 | 21,183 |
| 2. Кондитерское изделие | 40 | 50 | 156,27 | 195,34 |
|  |  |  |  |  |
| **УЖИН** |  |  |  |  |
| 1. Овощи натуральные соленые | 30 | 50 | 3,90 | 6,50 |
| 2. Тефтели рыбные | 60 | 70 | 83,48 | 97,39 |
| 3. Рагу из овощей | 120 | 150 | 96,83 | 121,04 |
| 4. Сок фруктовый овощной | 160 | 200 | 28,80 | 36,00 |
| 5. Хлеб пшеничный | 20 | 25 | 47,00 | 58,75 |
| 6. Хлеб ржаной | 20 | 25 | 42,00 | 52,50 |
| 7. Фрукты свежие | 95 | 100 | 36,10 | 96,00 |
|  |  |  |  |  |
| **ИТОГО** |  |  | **1340,06** | **1735,73** |

 **18 день**