Утверждаю:

 Заведующий МБДОУ № 276 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.В.Пузынина

***М Е Н Ю***

***на « 05 » марта 2025 года***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование  | Объем порций | Энергетическая ценность (ккал) |
| для детей до 3-х лет | с 3-х до7 лет | для детей до 3-х лет | с 3-х до 7 лет |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |
| 1. Макаронные изделия, запеченные с сыром | 130 | 200 | 164,27 | 249,60 |
| 2. Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | 53,08 | 57,90 |
| 3. Бутерброд с маслом | 26 | 31 | 85,82 | 97,57 |
|  |  |  |  |  |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |
| Кисломолочный напиток или молоко кипяченое  | 100 | 130 | 54,52 | 69,37 |
|  |  |  |  |  |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |
| 1. Салат Сытный | 40 | 60 | 38,12 | 57,18 |
| 2. Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом | 180 | 200 | 83,95 | 93,28 |
| 3. Котлеты куриные | 60 | 70 | 126,42 | 126,48 |
| 4. Пюре из гороха с маслом | 110 | 150 | 139,98 | 190,89 |
| 5. Сок фруктовый | 160 |  | 28,80 |  |
| 6. Хлеб ржаной | 40 | 50 | 84,00 | 105,00 |
| 7. Напиток витаминизированный |  | 250 |  | 97,50 |
|  |  |  |  |  |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |
| 1. Напиток из шиповника | 180 | 200 | 34,514 | 41,42 |
| 2. Пирожок печеный из сдобного теста с яблоками | 50 | 60 | 132,09 | 158,51 |
|  |  |  |  |  |
| **УЖИН** |  |  |  |  |
| 1. Голубцы ленивые | 150 | 150 | 270,00 | 296,90 |
| 2. Соус сметанный | 25 | 30 | 46,85 | 56,22 |
| 3. Хлеб пшеничный | 20 | 20 | 47,00 | 47,00 |
| 4. Чай с сахаром | 180 | 200 | 19,33 | 23,21 |
| 5. Фрукты свежие | 95 | 100 | 36,10 | 47,00 |
| **ИТОГО** |  |  | **1442,55** | **1756,4** |

**20 день**