Утверждаю

 Заведующий МБДОУ № 276

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

***М Е Н Ю***

***на « 14 » 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 | 26 | 31 | 85.82 | 97.57 |
| 2. Суп молочный с крупой | 150 | 200 | 109.05 | 145.40 |
| 3. Какао с молоком | 180 | 200 | 51.30 | 55.78 |
|  |  |  |  |  |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |
| Сок фруктовый | 180 | 200 | 134.80 | 172.00 |
|  |  |  |  |  |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |
| 1. Икра кабачковая | 30 | 50 | 35.70 | 59.50 |
| 2. Борщ с капустой свежей со сметаной с мясом | 180 | 200 | 70.03 | 77.81 |
| 3. Жаркое по - домашнему | 150 | 200 | 174.76 | 233.01 |
| 4. Компот из сухофруктов | 180 | 200 | 51.737 | 62.085 |
| 5. Хлеб пшеничный | 15 | 20 | 35.25 | 47.00 |
| 6. Хлеб ржаной | 40 | 50 | 84.00 | 105.00 |
|  |  |  |  |  |
|  **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |
| 1. Кисломолочный напиток или молоко кипяченое | 180 | 200 | 86.72 | 96.356 |
| 2. Бисквитик из моркови | 30 | 60 | 170.55 | 204.66 |
|  |  |  |  |  |
| **УЖИН** |  |  |  |  |
| 1. Фрукты свежие | 95 | 100 | 36.10 | 47.00 |
| 2. Вареники ленивые с маслом сливочным | 150 | 180 | 316.21 | 371.35 |
| 3. Напиток из шиповника | 180 | 200 | 34.51 | 41.42 |
| **ИТОГО** |  |  | **1476.55** | **1815.94** |

**7 день**