Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 276

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

***М Е Н Ю***

***на « 17 » 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 и сыром | 44 | 110.59 | 53 | 125.78 |
| 2. Каша молочная с фруктами или тыквой  | 130 | 110.91 | 200 | 173.02 |
| 4. Кофейный напиток с молоком | 180 | 53.08 | 200 | 57.90 |
| 1. Бутерброд с маслом и сыром | 44 | 110.59 | 53 | 125.78 |
|  |  |  |  |  |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |
| Кисломолочный напиток или молоко кипяченое | 100 | 130 | 54.52 | 69.37 |
|  |  |  |  |  |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |
| 1. Салат Рубин | 40 | 60 | 60,37 | 90,56 |
| 2. Суп Уха с рыбой | 180 | 180 | 97,22 | 97,22 |
| 3. Печень по - строгановски | 60 | 70 | 124,24 | 144,94 |
| 4. Макаронные изделия с овощами | 110 | 150 | 119,33 | 164,92 |
| 5. Кисель из ягод замороженных | 180 | 200 | 50,67 | 62,35 |
| 6. Хлеб пшеничный | 15 | 25 | 35.25 | 58,75 |
| 7. Хлеб ржаной | 20 | 25 | 42.00 | 52,50 |
|  |  |  |  |  |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |
| 1. Компот из ягод замороженных | 180 | 200 | 21,21 | 25,183 |
| 2. Манник со сгущенным молоком | 75 | 90 | 254,19 | 305,02 |
|  |  |  |  |  |
| **УЖИН** |  |  |  |  |
| 1. Кукуруза с яйцом | 40 | 60 | 52,53 | 78,79 |
| 2. Котлеты из говядины | 60 | 70 | 172,53 | 201,29 |
| 3. Рагу из овощей | 120 | 130 | 63,53 | 79,41 |
| 4. Чай с лимоном | 180 | 200 | 20,09 | 24,11 |
| 5. Хлеб пшеничный | 15 | 25 | 35,25 | 58,75 |
| 6. Хлеб ржаной | 20 | 25 | 42 | 52,50 |
| **ИТОГО** |  |  | **1519,51** | **1922,36** |

**8 день**