Утверждаю:

Заведующий МБДОУ № 276

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

***М Е Н Ю***

***на « 18 » 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. Омлет натуральный | 150 | 150 | 164.34 | 164.34 |
| 2. Зеленый горошек | 40 | 50 | 14.76 | 18.45 |
| 3. Какао с молоком | 180 | 200 | 51.30 | 55.78 |
| 4. Хлеб пшеничный | 20 | 40 | 47.00 | 94.00 |
|  |  |  |  |  |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |
| Кисломолочный напиток или молоко кипяченое | 100 | 130 | 54.52 | 69.37 |
|  |  |  |  |  |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |
| 1. Овощи консервированные | 30 | 50 | 3.90 | 6.50 |
| 2. Суп картофельный с макаронными изделиями | 180 | 200 | 88.90 | 98.78 |
| 3. Гуляш из птицы | 55 | 70 | 77.88 | 99.12 |
| 4. Картофельное пюре | 120 | 150 | 96.83 | 121.04 |
| 5. Лимонный напиток | 180 | 200 | 56.60 | 64.17 |
| 6. Хлеб пшеничный | 15 | 20 | 35.25 | 47.00 |
| 7. Хлеб ржаной | 40 | 50 | 84.00 | 105 |
|  |  |  |  |  |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |
| 1. Кисломолочный напиток или молоко кипяченое | 180 |  | 86.72 |  |
| 2. Сок фруктовый |  | 200 |  | 36.00 |
| 3. Кондитерские изделия | 35 |  | 113.40 |  |
|  |  |  |  |  |
| **УЖИН** |  |  |  |  |
| 1. Запеканка из творога | 130 | 180 | 267.75 | 371.06 |
| 2. Молоко сгущенное | 10 | 15 | 32.80 | 49.20 |
| 3. Фрукты свежие | 95 | 100 | 36.10 | 47.00 |
| 4. Чай с молоком | 180 | 200 | 30.41 | 35.25 |
| **ИТОГО** |  |  | **1342,47** | **1660.26** |

**9 дней**