

МЕНЮ

на 19 декабря 2025 г

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МБДОУ детский сад № 31
Крючкова Н.В.

	Выход (с 1 до 3 лет), гр	Энергетическая ценность (ккал)	Выход (с 3-7 лет), гр	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак *				
Каша молочная рисовая	150	150,9	200	201,25
Хлеб пшеничный	40	96	40	96
Кофейный напиток с молоком	150	75,8	180	91
Масло сливочное	5	33	7	46,2
Обед				
Салат из свеклы с морковью	30	38,3	50	63,9
Суп харчо	150	96,2	200	128,3
Котлеты мясная (свинина)	60	105,8	70	123,4
Овощи тушеные в сметанном соусе	150	141,46	150	141,46
Хлеб ржаной	15	30,6	40	81,6
Компот из свежих плодов (яблоки)	150	81,3	180	97,6
Полдник				
Сок	150	84,2	180	101
Хлеб пшеничный	40	96	40	96
Ужин				
Оладьи со сгущ. молоком	150/30	437,6	200/30	559,1
Чай без сахара	150	40	180	2,52
Итого за день		1507,16		1829,33