

МЕНЮ

на 20 марта 2026 г

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

МБДОУ детский сад № 51

Крючкова НВ

	Выход (с 1 до 3 лет), гр	Энергетическая ценность (ккал)	Выход (с 3-7 лет), гр	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак				
Каша рисовая с маслом	150/5	150,9	200/5	201,25
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	129	40/7	142,2
кофе-напиток с молоком	150	91	180	91
Обед				
Салат из свеклы с морковью	30	38,3	50	63,9
Суп Харчо с на курином б-не	150	96,2	200	128,3
Котлета из куриного мяса	60	105,8	70	123,4
Овощи тушеные в сметанном соусе	110	73,7	150	100,53
Хлеб ржаной	30	51,2	40	68,3
Компот из яблок и лимонов	150	81,3	180	87,84
Полдник				
Сок	150	61,7	180	72,9
Хлеб пшеничный	30	72	40	96
Ужин				
Оладьи с джемом	150/15	437,6	200/15	559,1
Чай без сахара	150	2,16	180	2,52
Итого за день		1390,86		1737,24