

МЕНЮ

на 17 марта 2026 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 пшеничная с маслом	150	136,5	200	182
Бутерброд с маслом	40/5	163	40/5	163
Какао с молоком	150	88,3	180	106
Обед				
Салат из моркови	30	25,9	50	43,2
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	80,9	200	107,9
Суфле куриное	50	118,6	70	166
Капуста тушеная	110	90,1	130	122,8
Хлеб ржаной	15	25,6	20	34,1
Компот из свежих плодов (яблок)	150	81,3	180	97,6
Хлеб пшеничный	15	39	20	48
Полдник				
Сок	150	84,2	180	101
Печенье	25	141	30	141
Ужин				
Салат из свежей капусты и свеклы	30	19,02	50	31,7
Котлета рыбная	50	69,3	70	97
Картофельное пюре	120	110,4	150	138
Чай с сахаром	150	40	180	48
Хлеб ржаной	20	34,1	30	51,2
Итого за день		1347,22		1678,5