


## МЕНЮ

на 31 марта 2026 г

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



	Выход (с 1 до 3 лет), гр	Энергетическая ценность	Выход (с 3-7 лет), гр	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак</b>				
Каша "Янтарная"	150	204,8	200	273
Бутерброд с маслом и сыром	40/5/10	163	40/6	163
Какао с молоком	150	88,3	180	106
<b>Обед</b>				
Огурец соленый	30	12	50	12
Суп картофельный с бобовыми	150	75,78	200	110,98
Суфле куриное	50	140	70	166
Картофельное пюре	120	110,4	110,4	138
Хлеб ржаной	30	61,2	30	61,2
Компот из яблок и лимонов	150	85,8	180	103
<b>Полдник</b>				
Сок	150	84,2	180	101
Хлеб пшеничный	40	96	40	96
<b>Ужин</b>				
Оладьи с повидлом	150/30	437,6	200/30	559,1
Чай с сахаром	150	40	180	48
<b>Итого за день</b>		<b>1599,08</b>		<b>1937,28</b>