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

МЕНЮ

на 29 апреля 2026 г

	Выход (с 1 до 3лет), гр	Энергетическая ценность (ккал)	Выход (с 3-7 лет), гр	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак				
Каша геркулесовая с маслом	150	147,8	200	197
Хлеб пшеничный	30	72	30	72
Кофейный напиток с молоком	150	75,8	180	91
Масло сливочное	5	33	7	46,2
Обед				
Салат из свёклы с соленым огурцом	30	26,2	50	43,7
Суп картофельный с крупой (Суп "Крестьянский")	150	45,8	200	76,4
Гуляш из отварного мяса	30/30	94,5	40/30	110,25
Каша рассыпчатая (гречневая крупа)	110	155,2	130	211,7
Хлеб ржаной	15	30,6	15	25,6
Компот из сушеных фруктов (без сахара)	150	85,8	180	103
Хлеб пшеничный	15	36	15	39
Полдник				
Кисель	150	84,2	180	101
Булочка домашняя	30	178,6	70	250,1
Ужин				
Омлет натуральный	60	111	80	148
Рагу овощное с соусом	120	103,1	150	128,85
Хлеб ржаной	20	40,8	20	34,1
Чай с сахаром	150	40	180	48
Итого за день		1360,4		1725,9