


**МЕНЮ**

на 13 апреля 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 из риса и пшена ("Дружба")	150	140,3	200	187
Хлеб пшеничный	40	96	40	96
Какао с молоком	150	88,3	180	106
<b>Обед</b>				
Салат из свеклы с луком	30	28,2	50	46,95
Суп с рыбными консервами	150	100,3	200	133,8
Фрикадельки из свинины	60	123	80	164
Каша рассыпчатая (рис)	110	149,3	150	203,55
Хлеб ржаной	30	51,2	30	61,2
Компот из сушеных фруктов	150	85,8	180	103
<b>Полдник</b>				
Ряженка	150	84,2	170	101
Гренки	20	73,64	40	147,28
<b>Ужин</b>				
Салат из моркови	30	25,9	50	43,2
Крупеник	120	259,2	150	324
Соус молочный сладкий	30	30,45	30	30,45
Чай с сахаром	150	40	180	48
Итого за день		1375,79		1795,43