

МЕНЮ

на 27 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)
Завтрак				
Каша из риса и пшена ("Дружба")	150	140,3	200	187
Хлеб пшеничный	40	96	40/7	96
Какао с молоком	150	88,3	180	106
Масло сливочное	5	33	7	46,2
Обед				
Салат из свеклы	30	28,2	50	46,95
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	77,9	200	103,8
Котлета рыбная	50	69,3	70	97
Картофельное пюре	120	110,4	150	138
Хлеб ржаной	15	30,6	15	30,6
Хлеб пшеничный	15	36	15	36
Компот из яблок и лимонов	150	85,8	180	103
Полдник				
Сок	150	84,2	180	101
Хлеб пшеничный	40	96	40	96
Ужин				
Оладьи с джемом	150/30	437,6	200/30	559,1
Чай с молоком	150	77	180	89
Итого за день		1490,6		1835,65