

МЕНЮ

на 5 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 пшеничная молочная	150/4	153	200/5	204
Хлеб пшеничный	40	96	40	96
Кофейный напиток с молоком	150	75,8	180	91
Масло сливочное	5	33	7	86
Обед				
Салат из зел горошка	30	25,9	50	43,2
Суп картофельный	150	63,2	200	84,2
Капустная тушеная с курицей	120	212,8	150	266
Хлеб ржаной	40	81,6	40	81,6
Кисель	150	46,5	180	60
Полдник				
Кефир	150	84,2	180	101
Булочка домашняя	50	178,6	50	178,6
Ужин				
Яблоко	100	25,8	100	42,95
Крупеник с творогом и рисом	150	306,8	150	306,8
Мол сгущ	10	30,45	10	50,75
Чай с сахаром	150	40	180	48
Итого за день		1453,65		1740,1