

МЕНЮ

на 28 апреля 2026

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

МБДОУ детский сад № 31

Крючкова Н.В.



| | Выход (с 1 до 3 лет), гр | Энергетическая ценность (ккал) | Выход (с 3-7 лет), гр | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|--------------------------|--------------------------------|-----------------------|--------------------------------|
| Завтрак | | | | |
| Каша пшеничная с маслом | 150 | 136,5 | 200 | 182 |
| Бутерброд с маслом и сыром | 40/5/9 | 163 | 40/5/10 | 163 |
| Какао с молоком | 150 | 88,3 | 180 | 106 |
| | | | | |
| | | | | |
| Обед | | | | |
| Салат из моркови | 30 | 25,9 | 50 | 43,2 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 150 | 80,9 | 200 | 107,9 |
| Суфле куриное | 50 | 118,6 | 70 | 166 |
| Капуста тушеная | 110 | 90,1 | 130 | 122,8 |
| Хлеб ржаной | 15 | 25,6 | 20 | 34,1 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 81,3 | 180 | 97,6 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 39 | 20 | 48 |
| | | | | |
| Полдник | | | | |
| Чай с лимоном | 150 | 84,2 | 180 | 101 |
| Сдоба обыкновенная (плюшка с сахаром) | 50 | 141 | 50 | 141 |
| | | | | |
| Ужин | | | | |
| Салат из свежей капусты и свеклы | 30 | 19,02 | 50 | 31,7 |
| Котлета рыбная | 50 | 69,3 | 70 | 97 |
| Картофельное пюре | 120 | 110,4 | 150 | 138 |
| Чай с сахаром | 150 | 40 | 180 | 48 |
| Хлеб ржаной | 20 | 34,1 | 30 | 51,2 |
| Итого за день | | 1347,22 | | 1678,5 |