

МЕНЮ

на 11 марта 2026

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 "Янтарная"	150	204,8	200	273
Бутерброд с маслом и сыром	40/5/10	163	40/6	163
Какао с молоком	150	88,3	180	106
Обед				
Огурец соленый	30	12	50	12
Суп картофельный с бобовыми	150	75,78	200	110,98
Суфле куриное	50	140	70	166
Картофельное пюре	120	110,4	110,4	138
Хлеб ржаной	30	61,2	30	61,2
Компот из сушеных фруктов	150	85,8	180	103
Полдник				
Ряженка	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 сахаром	150	40	180	48
Итого за день		1599,08		1937,28