

# МЕНЮ

на 7 мая 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 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
<b>Второй завтрак</b>				
Сок	100	42,4	100	42,4
<b>Обед</b>				
Салат из свеклы ломтиком	30	25,9	50	43,2
Суп картофельный на к/б с рисом	150	63,2	200	84,2
Голубцы ленивые с курицей	120	212,8	150	266
Хлеб ржаной	40	81,6	40	81,6
Кисель	150	46,5	180	60
<b>Полдник</b>				
Кефир	150	84,2	180	101
Булочка домашняя	50	178,6	50	178,6
<b>Ужин</b>				
Яблоко	50	25,8	80	42,95
Творожная запеканка	150	306,8	150	306,8
Соус молочный сладкий	30	30,45	30	50,75
Чай с сахаром	150	40	180	48
<b>Итого за день</b>		<b>1496,05</b>		<b>1782,5</b>