

Утверждаю
И.о. заведующего
МДОУ

«Детский сад

комбинированного вида

№ 31 «Колосок»

С.В. Нефёдова



М Е Н Ю

На 01 апреля 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетиче ская ценность (ккал)	№ рецепту ры
Завтрак:	Каша молочная пшенная с маслом с сахаром	220	238,08	3
	Батон с маслом с сыром	29/5/21	53,34	
	Чай с сахаром с лимоном	200/5	37,37	9
Итого за завтрак:		480	420,66	
Второй завтрак:	Сок фруктовый: яблочный	98	50,0	
Итого за второй завтрак:		98	50,0	
Обед:	Борщ на м/б со сметаной	250	115,1	14
	Макароны отварные	150	270,57	48
	Печень по-строгановски	100	169,34	73
	Напиток из шиповника	200	102,06	8
	Хлеб белый/ржаной	49/50	296,3	
Итого за обед:		799	657,07	
Полдник:	Йогурт	164	145,26	
Итого за полдник:		164	145,26	
Ужин:	Тефтели рыбные с овощной подливой	150	70,0	50
	Картофельное пюре	150	132,16	22
	Компот из с/м ягод	200	138,0	57
Итого за ужин:		500	378,16	