

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад
комбинированного вида
№ 31 «Колосок»
О.О. Васильева



М Е Н Ю
На 13 мая 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	30/5/13	53,34	
	Чай с сахаром	200	37,37	9
Итого за завтрак:		458	420,66	
Второй завтрак:	Сок фруктовый: яблочный	91	50,0	8
Итого за второй завтрак:		91	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	50/51	296,3	
Итого за обед:		801	657,07	
Полдник:	Кефир	178	145,26	
Итого за полдник:		178	145,26	
Ужин:	Тефтели рыбные с овощной подливой	150	70,0	50
	Картофельное пюре	150	132,16	22
	Апельсин	100	38,0	
	Напиток кофейный	200	138,0	38
Итого за ужин:		600	378,16	