

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

М Е Н Ю
На 14 марта 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетиче- ская ценность (ккал)	№ рецепту- ры
Завтрак:	Каша «Дружба» молочная с маслом с сахаром	220	238,08	6
	Батон с маслом	33/5	91,87	
	Чай с сахаром с лимоном	200/5	58,87	9
Итого за завтрак:		463	388,82	
2 завтрак:	Напиток из шиповника	200	50,0	8
Итого за 2 завтрак:		200	50,0	
Обед:	Суп с вермишелью на к/б со сметаной	250	117,4	52
	Плов с курицей	200	274,0	54
	Компот из сухофруктов	200	102,06	8
	Хлеб белый/ржаной	46/46	190,1	
Итого за обед:		742	683,56	
Полдник:	Снежок	177	145,26	
	Плюшка «Московская»	100	227,3	
Итого за полдник:		277	145,26	
Ужин:	Картофель тушеный с луком с морковью	200	185,37	24
	Свекла отварная порционная	70	94,37	24
	Напиток кофейный	200	116,19	57
Итого за ужин:		470	363,67	