

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

М Е Н Ю
На 17 марта 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетиче ская ценность (ккал)	№ рецепту ры
Завтрак:	Макароны отварные с маслом с сахаром	200	288,08	48
	Батон с маслом с сыром	25/5/17	91,87	
	Яйцо отварное	50	68,2	
	Чай с сахаром	200	58,87	9
Итого за завтрак:		497	445,82	
2 завтрак:	Сок фруктовый: яблочный	103	50,0	
Итого за 2 завтрак:		103	50,0	
Обед:	Суп пшённый на м/б со сметаной	250	117,4	16
	Овощное рагу по-домашнему с мясом	250	274,0	19
	Компот из сухофруктов	200	102,06	8
	Хлеб белый/ржаной	47/46	190,1	
Итого за обед:		793	683,56	
Полдник:	Йогурт	172	145,26	
Итого за полдник:		172	145,26	
Ужин:	Творожная запеканка со сгущенным молоком	250	224,874	61
	Яблоко	110	46,11	
	Какао с молоком	200	138,0	57
Итого за ужин:		560	362,874	