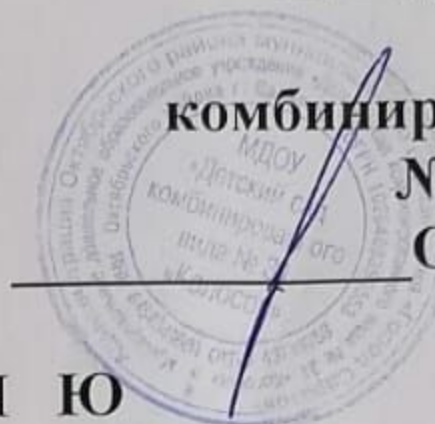


Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад
комбинированного вида
№ 31 «Колосок»
О.О. Васильева



М Е Н Ю
На 19 марта 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетиче ская ценность (ккал)	№ рецепту ры
Завтрак:	Каша молочная рисовая с маслом с сахаром	220	247,26	69
	Батон с маслом	28/5	91,87	
	Чай с сахаром с лимоном	200/5	37,37	9
Итого за завтрак:		458	376,5	
2 завтрак:	Сок фруктовый	109	50,0	
Итого за 2 завтрак:		109	50,0	
Обед:	Суп с зеленым горошком на м/б со сметаной	250	147,575	28
	Каша гречневая с мясным гаше	200	301,76	21 35
	Компот из сухофруктов	200	116,19	8
	Хлеб белый/ржаной	47/47	190,1	
Итого за обед:		744	755,625	
Полдник:	Кефир	171	145,26	
	Печенье	40	94,79	
Итого за полдник:		211	240,05	
Ужин:	Пирожок с картошкой	120	138,0	81
	Свекла отварная порционная	80	62,118	61
	Апельсин	100	38,4	
	Кофейный напиток	200	138,0	7
Итого за ужин:		500	380,118	