

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



М Е Н Ю
На 21 апреля 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетиче- ская ценность (ккал)	№ рецепту- ры
Завтрак:	Каша гречневая с маслом с сахаром с молоком	220	245,47	45
	Батон с маслом с сыром	29/5/13	91,87	
	Чай с сахаром	200	58,87	9
Итого за завтрак:		467	396,21	
2 завтрак:	Сок фруктовый	102	50,0	
Итого за 2 завтрак:		102	50,0	
Обед:	Суп пшенный на м/б со сметаной	250	186,6	23
	Омлет с мясом с луком с морковью	200	286,3	65
	Компот из сухофруктов	200	116,19	8
	Хлеб белый/ржаной	48/50	190,1	
Итого за обед:		748	779,19	
Полдник:	Йогурт	176	145,26	
Итого за полдник:		176	145,26	
Ужин:	Ленивые вареники со сгущенным молоком	230	286,58	37
	Яблоко	100	38,0	
	Кофейный напиток	200	138,0	7
Итого за ужин:		530	462,58	