

Утверждаю
И. о. заведующего
МДОУ

«Детский сад
комбинированного вида
№ 31 «Колосок»
С.В. Нефёдова



М Е Н Ю
На 25 марта 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетиче- ская ценность (ккал)	№ рецепту- ры
Завтрак:	Каша геркулесовая молочная с маслом с сахаром	220	238,08	5
	Батон с маслом	28/5	91,87	
	Чай с сахаром с лимоном	200/5	58,87	9
Итого за завтрак:		458	388,82	
2 завтрак:	Напиток из шиповника	200	50,0	
Итого за 2 завтрак:		200	50,0	
Обед:	Суп с зеленым горошком на м/б со сметаной	250	94,66	28
	Бефстроганов из печени	100	188,54	26
	Каша гречневая	150	270,57	21
	Компот из сухофруктов	200	116,19	8
	Хлеб белый/ржаной	48/47	190,1	
Итого за обед:		795	860,06	
Полдник:	Кефир	175	145,26	
	Печенье	43	264,44	
Итого за полдник:		218	260,7	
Ужин:	Котлета рыбная	100	121,07	50
	Картофельное пюре	150	185,37	22
	Кофейный напиток	200	138,0	7
Итого за ужин:		450	444,44	