

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



М Е Н Ю
На 26 марта 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетиче ская ценность (ккал)	№ рецепту ры
Завтрак:	Каша манная молочная с маслом с сахаром	220	247,43	4
	Батон с маслом с сыром	32/5/16	91,87	
	Чай с сахаром с лимоном	200/5	58,87	9
Итого за завтрак:		478	398,17	
2 завтрак:	Сок фруктовый: яблочный	129	50,0	8
Итого за 2 завтрак:		129	50,0	
Обед:	Щи на м/б со сметаной	250	64,12	13
	Томболь с мясом	200	301,76	32
	Напиток из шиповника	200	102,06	8
	Хлеб белый/ржаной	53/54	190,1	
Итого за обед:		757	658,04	
Полдник:	Снежок	177	145,26	
	Зефир	40	264,44	
Итого за полдник:		217	145,26	
Ужин:	Омлет-блинчик. Кукуруза консервированная	150/50	224,874	66
	Апельсин	100	38,0	
	Кофейный напиток	200	138,0	7
Итого за ужин:		500	400,874	