

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
"ЦРР-детский сад №31

"Крепыш"

Савицкая Е.П.

" 06 " марта 2024г.

МЕНЮ

НА 07 марта 2024г

Наименование приема пищи	Наименование блюда	масса порции 1-3 лет (если)	калорийность (ясли)	масса порции 3-7 лет (сад)	калорийность (сад)
Завтрак	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	130	122,33	150	141,15
	Батон с маслом	30 5	78,6 28,3 35,56	40 5	112,66 28,3 53,34
	Кофейный напиток с молоком	150	75,84	180	120,80
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	46,00	100	46,00
Обед	Суп овощной со сметаной	150	63,22	180	74,66
	Фрикадельки мясные	50	126,67	70	170,01
	Греча рассыпчатая, соус томатный	100 30	125,88 23,55	120 50	151,06 41,81
	Салат из свеклы с огурцами солеными	40	26,22	60	43,70
	Компот из сухих фруктов	150	84,20	180	101,45
	Хлеб ржаной	40	69,60	50	87,00
Полдник	Молоко кипячёное	150	90,00	180	108
	Вафли	30	68,42	50	136,84
Ужин	Огурец консервированный	30	29,1	50	74
	Котлета рыбная	60	76,85	70	89,66
	Картофельное пюре	100	91,76	120	111,23
	Чай с сахаром	150	32,85	180	36,86
	Яблоки свежие	100	41,80	100	41,80
	Батон	20	52,4	25	65,5