



Утверждаю  
 Заведующая МБДОУ  
 «Детский сад №31»  
 Нежинская Л.А.

1,5-3 лет **меню на 15.05.2024**

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный	100	6,5	11,2	1,2	127,00	
	Дополнительный гарнир: горошек зеленый консервированный	20	0,7	0,6	1,5	16,50	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,9	17,0	107,5	
	Мандарин	40	0,3	0,1	3	15,20	
<b>Завтрак2</b>	Сок овощной	100	0,5	0,1	10,1	43,00	
<b>Обед</b>	Салат из свеклы и яблок с маслом растительным	40	0,4	3,3	4,3	41,0	
	Суп картофельный с птицей (155/10)	165	3,2	5,04	13,8	75,35	
	Макаронник с печенью	160	12,2	6,7	25,2	239,0	
	Компот из сушеных фруктов (изюм)	150	0,33	0,01	20,83	84,80	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
<b>Полдник</b>	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Булочка "Творожная"	60	6,1	2,1	32,3	175,00	
	Варенец с лактулозой	180	4,3	3,7	6,7	101,00	
	<b>Ужин</b>	Бефстроганов из отварного мяса	100	11,2	5,3	2,7	105,40
		Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	110	4,1	5,2	21,5	193,83
Дополнительный гарнир: помидор в с/с		25	0,4	1,5	1,1	20,20	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
	Чай зеленый с молоком с сахаром	150	1,0	1,2	9,2	52,40	
				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
			<b>60,4</b>	<b>51,2</b>	<b>219,3</b>	<b>1634,3</b>	



Утверждаю  
Заведующая МБДОУ  
«Детский сад №31»  
Нежинская Л.А.

3-7 лет **меню на 15.05.2024**

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный	130	9,2	16,0	1,7	181,42
	Дополнительный гарнир: горошек зеленый консервированный	25	0,9	0,8	1,9	20,62
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10
	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,9	17,0	107,5
<b>Завтрак2</b>	Мандарин	80	0,6	0,2	6	30,40
	Сок овощной	100	0,5	0,1	10,1	43,00
<b>Обед</b>	Салат из свеклы и яблок с маслом растительным	60	0,6	4,9	5,2	61,5
	Суп картофельный с птицей (185/15)	200	4,0	6,5	17,0	92,0
	Макаронник с печенью	200	13,6	8,1	46,0	298,66
	Компот из сушеных фруктов (изюм)	180	0,38	0,01	25,00	101,76
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63
<b>Полдник</b>	Булочка "Творожная"	70	6,8	2,4	37,7	204,17
	Варенец с лактулозой	200	5,2	4,4	8,0	121,20
<b>Ужин</b>	Бефстроганов из отварного мяса	110	13,1	6,2	3,2	123,60
	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	130	4,8	6,1	23,3	231,98
	Дополнительный гарнир: помидор в с/с	25	0,4	1,5	1,1	20,20
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64
	Чай зеленый с молоком с сахаром	180	1,5	1,6	12,1	64,2
			<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	
			<b>74,6</b>	<b>65,2</b>	<b>282,5</b>	
						<b>2028,3</b>