



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий детсада №23 «Малыш»

Карасева О.С.

расшифровка подписи



М Е Н Ю - 7

На 31 марта 2026 г.

ЗАВТРАК

1.	Каша ячневая молочная с маслом слив.	140/3	171,47	180/3	214,80
2.	Кофейный напиток с молоком	180/6	74,58	180/6	74,58
3.	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	25/5/5	115,67	30/5/5	128,77

II Завтрак

1.	Фрукты свежие (яблоки)	100	47,00	100	47,00
----	------------------------	-----	-------	-----	-------

Обед

1.	Салат из квашенной капусты	30	25,71	50	42,85
2.	Борщ со свеж. капусты с картоф. на курином б-не со сметаной	150/5	70,31	180/7	85,97
3.	Гуляш из отварной птицы	30/30	92,63	40/40	123,51
4.	Макаронные изделия отвар.с мас.сливоч	110/2	136,73	130/3	165,79
5.	Компот из свежих яблок	150	85,95	180	103,14
6.	Хлеб пшеничный	20	47,00	30	70,57
7.	Хлеб ржаной	35	69,23	45	89,19

Полдник

1	Кисломолочный напиток ацидофильный	150	76,00	180	92,00
---	------------------------------------	-----	-------	-----	-------

Ужин

1.	Расстегай с рыбой	100	220,00	100	220,00
2.	Напиток из шиповника	150/5	26,15	180/6	31,38
		Итого за 7 день 1086,96(ккал)		Итого за 7 день 1489,55(ккал)	