

**МДОУ детский сад «Радуга»**  
**Меню групп раннего возраста**  
**31.03.2025 (1 день)**

| Наименование блюда                  | Масса порции, г | Калорийность порции, кКал |
|-------------------------------------|-----------------|---------------------------|
| <b>Завтрак</b>                      |                 |                           |
| Макароны отварные с маслом          | 150             | 193                       |
| Чай сладкий с лимоном               | 150             | 40                        |
| Пряник                              | 20              | 81                        |
| <b>Второй завтрак</b>               |                 |                           |
| Виноград                            |                 |                           |
| <b>Обед</b>                         |                 |                           |
| Салат из свеклы                     | 35              | 60                        |
| Суп гороховый                       | 150             | 122                       |
| Плов рисовый с курой                | 170             | 232                       |
| Сок                                 | 150             | 75                        |
| Хлеб ржаной                         | 30              | 76                        |
| <b>Полдник</b>                      |                 |                           |
| Сырники творожные с молочным соусом | 100/30          | 395                       |
| Снежок                              | 150             | 87                        |
| Итого за день                       | 1215            | 1407                      |

**МДОУ детский сад «Радуга»**  
**Меню дошкольных групп**  
**31.03.2025(1 день)**

| Наименование блюда                  | Масса порции, г | Калорийность порции, кКал |
|-------------------------------------|-----------------|---------------------------|
| <b>Завтрак</b>                      |                 |                           |
| Макароны отварные с маслом          | 200             | 210                       |
| Чай сладкий с лимоном               | 200             | 40                        |
| Пряник                              | 20              | 81                        |
| <b>Второй завтрак</b>               |                 |                           |
| Виноград                            | 90              | 52                        |
| <b>Обед</b>                         |                 |                           |
| Салат из свеклы                     | 45              | 70                        |
| Суп гороховый                       | 200             | 127                       |
| Плов рисовый с курой                | 190             | 284                       |
| Сок                                 | 200             | 100                       |
| Хлеб ржаной                         | 41              | 85                        |
| <b>Полдник</b>                      |                 |                           |
| Сырники творожные с молочным соусом | 105/30          | 466                       |
| Снежок                              | 170             | 102                       |
| Итого за день                       | 1491            | 1616                      |

