Утверждаю.



**МЕНЮ на 6 октября 2025 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ЗАВТРАК (сад/ясли)** | **Выход блюда в граммах** | | **Калорийность** | | |
| Сад  (Дети 3-7 л.) | Ясли  (Дети 1–3 л.) | Сад  (Дети 3-7 л.) | Ясли  (Дети 1–3 л.) | |
| 1 | Вермишель на молоке сладкая с маслом | 180 | 150 | 131,4 | **109,5** | |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 150 | 71,1 | 59,2 | |
| 3 | Бутерброд с маслом | 33/5 | 22/4 | 186,2 | 127,4 | |
|  | **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** |  | | | | |
|  | Напиток из свежих яблок | 180 | 150 | 96 | | 72 |
|  | **ОБЕД** |  | | | | |
| 1 | Икра морковная с растительным маслом | 60 | 50 | 65 | 57,5 | |
| 2 | Рассольник со сметаной с мясом говядины | 250 | 200 | 121,2 | 96,9 | |
| 3 | Пудинг из говядины овощной с зеленым горошком | 160 | 140 | 289,6 | 253,4 | |
| 4 | Соус белый | 30 | 20 | 18,1 | 12 | |
| 5 |  |  |  |  |  | |
| 6 | Компот из сухофруктов | 180 | 150 | 99 | 82.5 | |
| 7 | Хлеб ржаной | 42,5 | 36 | 76,9 | 65,1 | |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | | | |
| 1 | Напиток из свежезамороженных ягод | 150 | 140 | 75 | | 70 |
| 2 | Кондитерское изделие | 20 | 10 | 83 | | 41,5 |
|  | **Ужин** |  | | | | |
| 1 | Запеканка из творога с яблоками | 110 | 90 | 212,6 | | 173,9 |
| 2 | Повидло | 20 | 15 | 44,8 | | 33,6 |
| 3 | Чай с сахаром | 180 | 150 | 13,5 | | 11,2 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 33 | 22 | 77,5 | | 51,7 |
|  | Фрукты |  |  |  | |  |
|  | **ИТОГО:** |  |  | 1660,9 | | 1317,4 |