Утверждаю.



**МЕНЮ на 11 сентября 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 | Запеканка из творога. соус сметанный сладкий  |  100/20 |  90/15 |  183/69 |  **164,7/46** |
| 2 | Какао 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 | Кабачковая икра  |  50 |  40 |  34,5  |  27,6 |
| 2 | Суп картофельный с зеленым горошком на курином бульоне  |  250 |  200 |  108 |  86,4 |
| 3 | Плов из отварной говядины  |  180 |  160 |  307,7  |  273,5 |
| 4 |  |   |   |   |   |
| 5 |  |   |   |   |   |
|  6 | Компот из кураги  |  180 |  150 |  99 |  82.5 |
|  7 |  Хлеб ржаной  | 42,5 |  36 |  76,9 |  65,1 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |
| 1 | Напиток из свежезамороженных ягод |  180 |  150 |  87.5 |  72.9 |
| 2 | Пирожок с капустой  |  60 |  50 |  118 |  98.3 |
|  |  **Ужин**  |  |
| 1 | Макароны отварные с маслом с сыром  |  100/10 |  85/7  |  151,2 |  126,5  |
| 2 |  |   |   |   |   |
| 3 | Чай с сахаром  |  180 |  150 |  13,5 |  11,2 |
| 4 | Хлеб пшеничный  | 33 |  22 |  77,5 |  51,7 |
|  |  |   |   |  |  |
|  | **ИТОГО:** |  |  | 1679,1 | 1365 |