Утверждаю.



**МЕНЮ на 13 августа 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 | Каша ячневая на молоке сладкая с маслом |  180 |  150 |  206,4 |  **172** |
| 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 и ягод |  180 | 150 |  96 |  72 |
|  |  **ОБЕД** |  |
| 1 | Cалат из свежих помидоров и огурцов с растительным маслом |  60 |  50 |  38,4 |  32 |
| 2 | Рассольник рыбный с крупой  |  250 |  200 |  121,2 |  96,9 |
| 3 | Картофельное пюре с морковью  |  120  |  110 |  98,4 |  90,2 |
| 4 | Мясное суфле  |  70 |  60  |  186,9 |  160,2 |
| 5 | Соус белый  |  30 |  20 |  18,1 |  12 |
|  6 | Компот из сухофруктов  |  180 |  150 |  99 |  82.5 |
|  7 |  Хлеб ржаной  | 42,5 |  36 |  76,9 |  65,1 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |
| 1 | Кефир  |  180 |  150 |  87.5 |  72.9 |
| 2 | Кондитерское изделие  |  20 |  10 |  83 |  41,5 |
|  |  **Ужин**  |  |
| 1 | Омлет  |  100 |  90 |  163  |  146,7 |
|  2  | Кабачковая икра  |  60 |  50 |  36 |  30 |
| 3 | Чай с сахаром  |  180 |  150 |  13,5 |  11,2 |
| 4 | Хлеб пшеничный  | 33 |  22 |  77,5 | 51,7 |
|  |  |   |   |  |  |
|  | **ИТОГО:** |  |  | 1659,1 | 1323,5 |