Утверждаю.



**МЕНЮ на 15 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 пшенная на молоке сладкая с маслом |  180 |  150 |  254,6 |  **212,2** |
| 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 | Кабачковая икра  |  30 |  20 |  35,7 |  23,8 |
| 2 | Суп картофельный с зеленым горошком мясом говядины  |  250 |  200 |  108 |  86,4 |
| 3 | Макароны отварные с маслом |  100 |  85 |  96,6 |  82.1 |
| 4 | Котлета куриная  |  70 |  60 |  129,3 |  110.8 |
| 5 | Соус сметанный  |  30  |  20 |  69 |  46 |
|  6 | Компот из кураги  |  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 | Рыбное суфле  |  70 |  60 |  82,6 |  70.8 |
|  2  | Салат из свеклы и моркови с растительным маслом  |  60 |  50 |  76.2 |  63,5 |
| 3 | Чай с сахаром  |  180 |  150 |  13,5 |  11,2 |
| 4 | Хлеб пшеничный  | 33 |  22 |  77,5 | 51,7 |
|  |  |   |   |  |  |
|  | **ИТОГО:** |  |  | 1642.7 | 1279,1 |



**МЕНЮ на 18 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 ячнево-пшеничная на молоке сладкая с маслом |  180 |  150 |  212.5 |  **177,1**  |
| 2 | Какао с молоком | 180 | 150 |  71,1 |  59,2 |
| 3 | Бутерброд с маслом ½ яйца  | 33/520 |  22/4 20 |  186,2 31.5 |  127,4 31,5 |
|  | **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** |  |
|  | Напиток из свежих яблок и ягод |  180 | 150 |  96 |  72 |
|  |  **ОБЕД** |  |
| 1 | Соленый огурчик  |  30 |  20 |  3,9 |  2.6 |
| 2 | Суп с крупой «Бархатный» с мясом говядины  |  250 |  200 |  120,2 |  96,1 |
| 3 | Рагу овощное  |  180 |  160 |  255 |  226,7 |
| 4 | Биточки мясные  |  65 |  60 |  185,9 |  171,6 |
| 5 | Соус томатный |  30  |  20 |  69 |  46 |
|  6 | Компот из сухофруктов  |  180 |  150 |  99 |  82.5 |
|  7 |  Хлеб ржаной  | 42,5 |  36 |  76,9 |  65,1 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |
| 1 | Кипяченое молоко |  180 |  150 |  87.5 |  72.9 |
| 2 | Кондитерское изделие |  20 |  10 |  83 |  41,5 |
|  |  **Ужин**  |  |
| 1 | Запеканка из макарон с творогом  |  120 |  100 |  176 |  146,6 |
|  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 |
|  |  |   |   |  |  |
|  | **ИТОГО:** |  |  | 1889,5 | 1515,3 |