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 | 33/5  20 | 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 |