Утверждаю.



**МЕНЮ на 19 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 манная на молоке сладкая с маслом | 180 | 150 | 193,7 | **161,5** | |
| 2 | Кофейный напиток 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 | 180 | 150 | 96 | | 72 |
|  | **ОБЕД** |  | | | | |
| 1 | Салат из свеклы с зеленым горошком с растительным маслом | 60 | 50 | 55,8 | 46,5 | |
| 2 | Щи из свежей капусты со сметаной с мясом говядины | 250 | 200 | 83 | 66,4 | |
| 3 | Запеканка картофельная с говяжьей печенью | 180 | 160 | 257,4 | 228,8 | |
| 4 | Соус томатный | 30 | 20 | 19,68 | 13,1 | |
| 5 |  |  |  |  |  | |
| 6 | Компот из сухофруктов | 180 | 150 | 99 | 82.5 | |
| 7 | Хлеб ржаной | 42,5 | 36 | 76,9 | 65,1 | |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | | | |
| 1 | Кисель из свежезамороженных ягод | 180 | 150 | 87.5 | | 72.9 |
| 2 | Шанежка с яблоками | 60 | 50 | 220,8 | | 184 |
|  | **Ужин** |  | | | | |
| 1 | Греча отварная с маслом | 100 | 85 | 168,7 | | 143,4 |
| 2 | Гуляш из говядины | 80 | 70 | 197,9 | | 173,2 |
| 3 | Чай с сахаром | 180 | 150 | 13,5 | | 11,2 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 33 | 22 | 77,5 | | 51,7 |
|  |  |  |  |  | |  |
|  | **ИТОГО:** |  |  | 1936,2 | | 1590,4 |