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 маслом½ яйца | 33/520 |  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 |