Утверждаю.



**МЕНЮ на 15 октября 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 пшеничная на молоке сладкая с маслом | 180 | 150 | 218,7 | **182,2** | |
| 2 | Какао с молоком | 180 | 150 | 71,1 | 59,2 | |
| 3 | Бутерброд с маслом с сыром | 33/5/9 | 22/4/6 | 186,2 | 127,4 | |
|  | **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** |  | | | | |
|  | Напиток из свежих яблок | 180 | 150 | 96 | | 72 |
|  | **ОБЕД** |  | | | | |
| 1 | Икра свекольная с растительным маслом | 60 | 50 | 69 | 57,5 | |
| 2 | Рассольник со сметаной рыбный | 250 | 200 | 121,2 | 96,9 | |
| 3 | Картофельная запеканка с мясом говядины | 180 | 150 | 342 | 285 | |
| 4 | Соус сметанно-томатный | 30 | 20 | 69 | 46 | |
| 5 |  |  |  |  |  | |
| 6 | Компот из кураги | 180 | 150 | 99 | 82.5 | |
| 7 | Хлеб ржаной | 42,5 | 36 | 76,9 | 65,1 | |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | | | |
| 1 | Напиток из свежезамороженных ягод | 180 | 150 | 72,9 | | 60,7 |
| 2 | Кондитерское изделие | 20 | 10 | 83 | | 41,5 |
|  | **Ужин** |  | | | | |
| 1 | Запеканка из творога с морковью | 110 | 100 | 212,6 | | 193,3 |
| 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:** |  |  | 1853,4 | | 1465,8 |