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 |