Утверждаю.



**МЕНЮ на 16 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 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  1/2 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 моркови с зеленым горошком с растительным маслом | 60 | 50 | 73,2 | 61 | |
| 2 | Борщ из свежей капусты со сметаной на курином бульоне | 250 | 200 | 95 | 76 | |
| 3 | Макароны отварные с маслом | 100 | 85 | 96,6 | 82,1 | |
| 4 | Азу по-татарски с мясом говядины | 80 | 70 | 122,3 | 107,04 | |
| 5 |  |  |  |  |  | |
| 6 | Компот из сухофруктов | 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 | Шанежка с яблоками | 60 | 50 | 184 | | 153,3 |
|  | **Ужин** |  | | | | |
| 1 | Картофельное пюре | 120 | 110 | 110,4 | | 101,9 |
| 2 | Суфле из говяжьей печени | 70 | 60 | 186,9 | | 160,2 |
| 3 | Чай с сахаром | 180 | 150 | 13,5 | | 11,2 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 33 | 22 | 77,5 | | 51,7 |
|  |  |  |  |  | |  |
|  | **ИТОГО:** |  |  | 1602,7 | | 1464,3 |