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 |