Утверждаю.



**МЕНЮ на 3 сентября 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 | Запеканка из творога с повидлом |  100/20 |  90/15 |  183/44 |  **146/33,6** |
| 2 | Какао с молоком  | 180 | 150 |  71,1 |  59,2 |
| 3 | Бутерброд с маслом  | 33/5 |  22/4  |  186,2  |  106.2  |
|  | **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** |  |
|  | Напиток из свежих яблок  |  180 | 150 |  96 |  72 |
|  |  **ОБЕД** |  |
| 1 | Салат из свежих помидоров и огурцов с растительным маслом  |  60 |  50 |  38,4 |  32 |
| 2 | Суп с крупой «Полевой» с мясом говядины  |  250 |  200 |  120,2 |  96,1 |
| 3 | Картофельное пюре  |  120  |  110 |  110,4  |  101,9 |
| 4 | Рыбная котлета  |  75 |  65 |  84,7 |  73,4 |
| 5 | Соус сметанный  |  30 |  20 |  69  |  46 |
|  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 |  87.5 |  72.9 |
| 2 | Кондитерское изделие  |  20 |  10 |  83 |  41,5 |
|  |  **Ужин**  |  |
| 1 | Капуста тушеная с мясом говядины  |  200  |  180 |  205,8 |  185,2  |
| 2 |  |   |   |   |   |
| 3 | Чай с сахаром  |  180 |  150 |  13,5 |  11,2 |
| 4 | Хлеб пшеничный  | 33 |  22 |  77,5 | 51,7 |
|  |  |   |   |  |  |
|  | **ИТОГО:** |  |  | 1646,2 | 1276,5 |