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 |