Утверждаю.



**МЕНЮ на 8 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 | Запеканка из творога, соус сметанный  |  100/30  |  90/20  |  283/69 |  **255/46** |
| 2 | Кофейный напиток с молоком  | 180 | 150 |  71,1 |  59,2 |
| 3 | Бутерброд с маслом  | 33/5 |  22/4  |  186,2 |  127,4 |
|  | **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** |  |
|  | Напиток из свежих яблок  |  180 | 150 |  96 |  72 |
|  |  **ОБЕД** |  |
| 1 | Кабачковая икра  |  30 |  20 |  35,7 |  23,8 |
| 2 | Суп с крупой «Бархатный» с мясом говядины  |  250 |  200 |  120,2 |  96,1 |
| 3 | Картофель отварной в молоке  |  120 |  110 |  120 |  110 |
| 4 | Котлета рыбная  |  75 |  70 |  84,7 |  79,1 |
| 5 | Соус белый |  30 |  20 |  18,1 |  12 |
|  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 |  150 |  140 |  75  |  70 |
| 2 | Кондитерское изделие  |  20 |  10 |  83 |  41,5 |
|  |  **Ужин**  |  |
| 1 | Капуста тушеная с мясом говядины  |  200 |  180  |  226,4 |  190,8  |
| 2 |  |   |   |   |   |
| 3 | Чай с сахаром  |  180 |  150 |  13,5 |  11,2 |
| 4 | Хлеб пшеничный  | 33 |  22 |  77,5 |  51,7 |
|  |  |   |   |  |  |
|  | **ИТОГО:** |  |  | 1735,3 | 1393,4 |