Утверждаю.



**МЕНЮ на 9 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 ячневая на молоке сладкая с маслом | 180 | 150 | 206,4 | **172** | |
| 2 | Какао с молоком | 180 | 150 | 71,1 | 59,2 | |
| 3 | Бутерброд с маслом с сыром | 33/5 | 22/4 | 186,2 | 127,4 | |
|  | **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** |  | | | | |
|  | Напиток из свежих яблок | 180 | 150 | 96 | | 72 |
|  | **ОБЕД** |  | | | | |
| 1 | Салат из соленых огурцов с растительным маслом | 40 | 30 | 25 | 18,7 | |
| 2 | Суп с вермишелью на курином бульоне | 250 | 200 | 109,5 | 87,6 | |
| 3 | Картофельное пюре с морковью | 120 | 110 | 98,4 | 90,2 | |
| 4 | Суфле из говяжьей печени | 70 | 65 | 186,9 | 173,5 | |
| 5 | Соус сметанно-томатный | 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 | Кефир | 150 | 140 | 75 | | 70 |
| 2 | Булочка «Домашняя» | 60 | 50 | 118 | | 98,3 |
|  | **Ужин** |  | | | | |
| 1 | Греча отварная с маслом | 100 | 85 | 168,7 | | 143,3 |
| 2 | Гуляш из говядины | 80 | 70 | 197,9 | | 173,2 |
| 3 | Чай с сахаром | 180 | 150 | 13,5 | | 11,2 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 33 | 22 | 77,5 | | 51,7 |
|  |  |  |  |  | |  |
|  | **ИТОГО:** |  |  | 1875 | | 1541.9 |