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 |