Утверждаю.



**МЕНЮ на 28 мая 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 пшеничная на молоке сладкая с маслом |  180 |  150 |  218,7 |  **182,2** |
| 2 | Какао 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 | Салат из свежего огурчика с растительным маслом/морковь тушеная в томате |  40 |  50 |  30,6 |  40,8 |
| 2 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом говядины  |  250 |  200 |  83 |  66,4 |
| 3 | Рис отварной с маслом  |  100  |  85 |  146 |  124,1 |
| 4 | Рыбная котлета  |  70 |  65  |  79,1 |  73,4 |
| 5 | Соус польский  |  30 |  20 |  67,02  |  44,6 |
|  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  |  72,9 |  60,7 |
| 2 | Кондитерское изделие  |  20 |  10 |  83 |  41.5 |
|  |  **Ужин**  |  |
| 1 | Винегрет овощной с растительным маслом |  180 |  150 |  234 |  195 |
|  2  | 1/2 яйца |  20 |  20 |  31,5 |  31.5 |
| 3 | Чай с сахаром  |  180 |  150 |  13,5 |  11,2 |
| 4 | Хлеб пшеничный  | 33 |  22 |  77,5 | 51,7 |
|  | Итого: |   |   | 1666,02 | 1329,3 |
|  | **ИТОГО:** |  |  |  |  |