Утверждаю.



**МЕНЮ на 30 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 | Запеканка из творога с повидлом  |  100/20 |  90/15 | 283,3/44.8 |  **255/33,6** |
| 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 и ягод  |  180 | 150 |  96 |  72 |
|  |  **ОБЕД** |  |
| 1 | Салат из свеклы с чесноком с растительным маслом |  60 |  50 |  78,6 |  65,5  |
| 2 | Суп картофельный с мясными фрикадельками  |  250 |  200 |  94,2 |  75,7 |
| 3 | Картофельное пюре  |  120 |  110 |  110.4 |  101,9  |
| 4 | Рыба тушеная в томате с овощами  |  100  |  90 |  102,1  |  91,9 |
| 5 |  |   |   |   |   |
|  6 | Компот из сухофруктов/ кураги |  180 |  150 |  99 |  82.5 |
|  7 |  Хлеб ржаной  | 42,5 |  36 |  76,9 |  65,1 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |
| 1 | Кефир  |  150 |  140  |  72,9 |  60,7 |
| 2 | Кондитерское изделие |  20 |  10 |  83 |  41,5 |
|  |  **Ужин**  |  |
| 1 | Макароны отварные с маслом с сыром |  100/10  |  85/7 |  151,2 |  126,4 |
|  2  |  |   |   |   |   |
| 3 | Чай с сахаром  |  180 |  150 |  13,5 |  11,2 |
| 4 | Хлеб пшеничный  | 33 |  22 |  77,5 | 51,7 |
|  |  |   |   |  |  |
|  | **ИТОГО:** |  |  | 1640,7 | 1321,3 |