Утверждаю.



**МЕНЮ на 7 августа 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 | 283/44.8 | **255/33,6** | |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 150 | 71,1 | 59,2 | |
| 3 | Бутерброд с маслом | 33/5 | 22/4 | 186,04 | 127,3 | |
|  | **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** |  | | | | |
|  | Напиток из свежих яблок | 180 | 150 | 96 | | 72 |
|  | **ОБЕД** |  | | | | |
| 1 | Кабачковая икра | 30 | 20 | 20,7 | 13,8 | |
| 2 | Щи из свежей капусты со сметаной с мясом говядины | 250 | 200 | 83 | 66,4 | |
| 3 | Греча отварная с маслом | 100 | 85 | 168,7 | 143,3 | |
| 4 | Суфле из говяжьей печени | 70 | 60 | 186,9 | 160,2 | |
| 5 | Соус сметанно-томатный | 30 | 20 | 69 | 46 | |
| 6 | Компот из кураги | 180 | 150 | 99 | 82.5 | |
| 7 | Хлеб ржаной | 42,5 | 36 | 76,9 | 65,1 | |
|  | **ПОЛДНИК** |  | | | | |
| 1 | Кефир | 180 | 150 | 87.5 | | 72.9 |
| 2 | Булочка «Домашняя» | 60 | 50 | 118 | | 98,3 |
|  | **Ужин** |  | | | | |
| 1 | Салат картофельный с соленым огурцом и зеленым горошком с растит.маслом | 180 | 150 | 178,2 | | 148,5 |
| 2 | ½ 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:** |  |  | 1891,3 | | 1538,5 |