Утверждаю.



**МЕНЮ на 12 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 | Каша гречневая на молоке сладкая с маслом |  180 |  150 |  254,7 |  **212,2** |
| 2 | Какао с молоком | 180 | 150 |  71,1 |  59,2 |
| 3 | Бутерброд с маслом с сыром  | 33/5/6 |  22/4/4  |  146,08 |  99,6 |
|  | **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** |  |
|  | Напиток из свежих яблок и ягод |  180 | 150 |  96 |  72 |
|  |  **ОБЕД** |  |
| 1 | Cалат из соленого огурца с растительным маслом |  40 |  30 |  7,9 |  5,9 |
| 2 | Суп с крупой «Полевой» с мясом говядины |  250 |  200 |  120,2 |  96,1 |
| 3 | Капуста тушеная  |  160 |  140 |  100,8 |  88,2 |
| 4 | Рулет из говядины с яйцом  |  70 |  60 |  133 |  114 |
| 5 |  |   |   |   |   |
|  6 | Компот из изюма  |  180 |  150 |  99 |  82.5 |
|  7 |  Хлеб ржаной  | 42,5 |  36 |  76,9 |  65,1 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |
| 1 | Напиток из свежезамороженных ягод |  180 |  150 |  87.5 |  72.9 |
| 2 | Шанежка с картофелем  |  70 |  60 |  249,6 |  214 |
|  |  **Ужин**  |  |
| 1 | Макароны отварные с маслом |  100 |  85 |  96,6 |  82,1 |
|  2  | Печень говяжья по-строгановски  |  80 |  70 |  154,9 |  135,5 |
| 3 | Чай с сахаром  |  180 |  150 |  13,5 |  11,2 |
| 4 | Хлеб пшеничный  | 33 |  22 |  77,5 | 51,7 |
|  |  |   |   |  |  |
|  | **ИТОГО:** |  |  | 1785,3 | 1462,2 |