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 |