

Заведующей

Кислова Н.В.

4 Июня 2025г.

**Меню**

| Наименование блюд                        | Вес, гр./Калорийность, Ккал. |             |
|------------------------------------------|------------------------------|-------------|
|                                          | Ясли                         | Детсад      |
| <b>ЗАВТРАК</b>                           |                              |             |
| -Омлет натуральный                       | 160/215                      | 160/215     |
| -Икра кабачковая (промышленного производ | 30/36                        | 60/71       |
| -Бутерброд с маслом и сыром              | 20/5/9/115                   | 25/5/13/141 |
| -Кофейный напиток с молоком              | 180/71                       | 200/81      |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>                    |                              |             |
| Сок До 3-Х Лет                           | 100/43                       |             |
| Соки                                     |                              | 125/54      |
| <b>ОБЕД</b>                              |                              |             |
| -Овощи натуральные соленные или свежие   | 40/8                         | 60/12       |
| -Свекольник со сметаной, с мясом         | 155/6/87                     | 206/8/114   |
| -Тефтели из говядины с рисом             | 50/146                       | 70/209      |
| -Соус красный основной                   | 20/12                        | 40/24       |
| -Картофельное пюре                       | 120/109                      | 150/139     |
| -Компот из свежих фруктов                | 180/40                       | 200/46      |
| Хлеб пшеничный                           | 20/47                        | 30/70       |
| Хлеб ржаной                              | 40/78                        | 50/97       |
| <b>УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК</b>               |                              |             |
| -Крендель сахарный                       | 60/239                       | 70/278      |
| -Кисломолочный продукт                   | 167/94                       | 167/94      |
| <b>УЖИН</b>                              |                              |             |
| -Голубцы ленивые                         | 50/119                       | 70/164      |
| --Соус сметанный натуральный             | 25/64                        | 30/77       |
| -Винегрет овощной                        | 100/143                      | 130/149     |
| -Фрукты свежие 80/80                     | 80/30                        | 80/30       |
| Хлеб пшеничный                           | 20/47                        | 25/59       |
| ---Чай с молоком                         | 180/51                       | 200/58      |

**Итого калорийность: 1794.93 2182.31**