

МЕНЮ

Утверждаю

Зав. Волкова О.А. _____

На 11 сентября 2025 г.

	ВЫХОД ГОТОВЫХ БЛЮД (г)			
	если	Ккал	сад	Ккал
<u>ЗАВТРАК:</u>				
Каша пшённая молочная с м/с	150	293,4	180	333,1
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/5	113,4	40/8	115,8
Коакао с молоком и сахаром	180	119,7	200	121,8
Всего за завтрак:		508,5		580,7
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК: яблоко</u>	100	57,3	105	57,7
<u>ОБЕД:</u>				
Щи с курой и сметаной	180	340,9	200	356,8
Макароны отварные с м/с	120/50/	174,8	130/55/	184,5
Котлета из филе грудки	30		35	
Икра кабачковая				
Хлеб ржаной	35	113,6	42	115,8
Компот из сухофруктов	180	119,8	200	125,6
Всего за обед:		598,5		672,2
<u>ПОЛДНИК:</u>				
Плюшка «Московская»	50	120	60	122
Йогурт	200	123,8	210	157,3
Всего в полдник:		243,8		279,3
<u>УЖИН:</u>				
Пюре картофельное с м/с	130/34	236,9	160/35	238,9
Огурец консервированный				
Хлеб пшеничный	30	98,1	38	102,3
Чай сладкий	180	123,8	200	157,3
Всего за ужин:		444,52		487,7
Всего за день:		1750,2		1983,6