

МЕНЮ

Утверждаю

Зав. Волкова О.А.

На 13 августа 2025 г.

	ВЫХОД ГОТОВЫХ БЛЮД (Г)			
	если	сад	Выход	Ккал
<u>ЗАВТРАК:</u>		Ккал		Ккал
Лапшевник с творогом и сгущённым молоком	100/15	314,4	120/15	316,9
Хлеб пшеничный с повидлом	30/10	113,4	40/13	124,3
Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	71,8	200	87,1
Всего за завтрак:		478,6		522,8
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u> яблоко	100		100	
<u>ОБЕД:</u>				
Борщ на курином бульоне со сметаной	180	289,5	200	336,1
Жаркое по-домашнему с курицей	150	184,2	160	187,5
Хлеб ржаной	35	57,8	40	67,8
Компот из сухофруктов	180	124,8	200	132,5
Всего за обед:		616,3		690,6
<u>ПОЛДНИК:</u>				
Плюшка «Московская»	50	91,2	60	92,3
Сок	180	123	180	123
Всего в полдник:		214,2		226,3
<u>УЖИН:</u>				
Капуста тушёная	120	198,3	130	199,2
Яйцо	1/2		1	
Хлеб пшеничный	30	95,1	40	99,5
Чай сладкий	180	40,6	200	52,7
Всего за ужин:		310,4		360,1
Всего за день:		1528,3		1720,6