

МЕНЮ

Утверждаю

Зав. Волкова О.А. _____

На 14 октября 2025 г.

	ВЫХОД ГОТОВЫХ БЛЮД (г)			
	если	Ккал	сад	Ккал
<u>ЗАВТРАК:</u>				
Каша рисовая молочная с м/с	150	293,4	180	333,1
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/5	113,4	40/5	115,8
Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	119,7	200	121,8
Всего за завтрак:		508,5		580,7
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u> яблоко	80	57,3	85	57,3
<u>ОБЕД:</u>				
Щи на курином бульоне со сметаной	180/8	340,9	200/8,5	356,8
Картошечка по-домашнему с курицей	160	174,8	170	184,5
Хлеб ржаной	35	113,6	39	115,8
Компот из кураги	180	119,8	200	125,6
Всего за обед:		598,5		672,2
<u>ПОЛДНИК:</u>				
Булочка «Неженка»	50	98,1	60	99,5
Йогурт	160	123,8	169	157,3
Всего в полдник:		221,9		256,8
<u>УЖИН:</u>				
Омлет с м/с	120/25	236,9	130/31,5	237,4
Кукуруза консервированная				
Хлеб пшеничный	30	98,1	39	102,3
Чай сладкий	180	123,8	200	157,3
Всего за ужин:		444,52		487,7
Всего за день:		1750,2		1983,6