

# МЕНЮ

Утверждаю

Зав. Волкова О.А.

На 25 декабря 2025 г.

	ВЫХОД ГОТОВЫХ БЛЮД (г)			
	если		сад	
<b><u>ЗАВТРАК:</u></b>		Ккал	Выход	Ккал
Каша рисовая молочная с м/с	150	314,4	180	316,9
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/5	113,4	40/8	124,3
Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	71,8	200	87,1
<b>Всего за завтрак:</b>		478,6		522,8
<b><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u></b> апельсин	110		118	
<b><u>ОБЕД:</u></b>				
Рассольник с курицей	180	289,5	200	336,1
Рыба под омлетом с м/с	150/15	184,2	160/17	187,5
Перец свежий				
Хлеб ржаной	35	57,8	39	67,8
Компот «Изюминка»	180	124,8	200	132,5
<b>Всего за обед:</b>		616,3		690,6
<b><u>ПОЛДНИК:</u></b>				
Плюшка Московская»	55		60	
Сок	180	123	206	123,8
<b>Всего в полдник:</b>		123		123,8
<b><u>УЖИН:</u></b>				
Рагу овощное с м/с	140/	198,3	150/1	199,2
Яйцо	1/2			
Хлеб пшеничный	30	95,1	40	97,5
Чай сладкий	180	40,6	200	52,7
<b>Всего за ужин:</b>		310,4		360,1
<b>Всего за день:</b>		1528,3		1720,6