

МЕНЮ

Утверждаю

Зав. Волкова О.А. _____

На 30 октября 2025 г.

	ВЫХОД ГОТОВЫХ БЛЮД (г)			
	если	Ккал	сад	Ккал
<u>ЗАВТРАК:</u>				
Каша геркулесовая молочная с м/с	150	293,4	180	333,1
Хлеб пшеничный с джемом	30/9	113,4	40/10	115,8
Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	119,7	200	121,8
Всего за завтрак:		508,5		580,7
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:яблоко</u>	75	57,3	82	57,7
<u>ОБЕД:</u>				
Суп фасолевый с курой	180	340,9	200	356,8
Макароны отварные с м/с	120/50	174,8	130/55	184,5
Котлета из филе индейки				
Хлеб ржаной	35	113,6	37	115,8
Морс	180	119,8	200	125,6
Всего за обед:		598,5		672,2
<u>ПОЛДНИК:</u>				
Вафля	15	120	16	122
Чай с сахаром	180	123,8	200	157,3
Всего в полдник:		243,8		279,3
<u>УЖИН:</u>				
Омлет с м/с	130	236,9	140	238,9
Хлеб пшеничный	30	98,1	40	102,3
Чай сладкий	180	123,8	200	157,3
Всего за ужин:		444,52		487,7
Всего за день:		1750,2		1983,6