

МЕНЮ

Утверждаю

Зав. Волкова О.А. _____

На 22 декабря 2025 г.

| | ВЫХОД ГОТОВЫХ БЛЮД (г) | | | |
|--------------------------------------|---------------------------|--------|--------|--------|
| | если | | сад | |
| <u>ЗАВТРАК:</u> | | Ккал | Выход | Ккал |
| Каша геркулесовая молочная с м/с | 150 | 293,4 | 180 | 333,1 |
| Хлеб пшеничный с маслом сливочным | 30/5 | 133,4 | 40/8 | 145,8 |
| Кофейный напиток с молоком и сахаром | 180 | 217,2 | 200 | 218,8 |
| Всего за завтрак: | | 623,8 | | 723,3 |
| <u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u> сок | 100 | | 100 | |
| <u>ОБЕД:</u> | | | | |
| Лапша с курой и картофелем | 180 | 228,9 | 200 | 231,4 |
| Картошечка по-домашнему с курицей | 150 | 189,3 | 160 | 194,3 |
| Хлеб ржаной | 35 | 99,8 | 40 | 110,6 |
| Морс | 180 | 71,8 | 200 | 85,6 |
| Всего за обед: | | 479,01 | | 620,0 |
| <u>ПОЛДНИК:</u> | | | | |
| Крекер | | | | |
| Чай с сахаром | 180 | 123 | 200 | 157 |
| Всего в полдник: | | 123 | | 157 |
| <u>УЖИН:</u> | | | | |
| Омлет с м/с | 120/25 | 218,5 | 130/32 | 220,4 |
| Кукуруза | | | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | 113,4 | 41 | 123 |
| Чай сладкий | 180 | 40,6 | 200 | 52,7 |
| Всего за ужин: | | 294,2 | | 391,9 |
| Всего за день: | | 1809,4 | | 2229,5 |