

Утверждаю:

Заведующий :

Марьина О.М.

Меню на 22 июля 2025 года



| Наименование блюда                             | Выход<br>в<br>грамм<br>ах | Энергет<br>ическая<br>ценност<br>ь (ккал) | Выход<br>в<br>грамм<br>ах | Энергет<br>ическая<br>ценност<br>ь (ккал) |
|------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------------------------|---------------------------|-------------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                 | сад                       | сад                                       | ясли                      | ясли                                      |
| Каша геркулесовая<br>молочная                  | 180                       | 255.19                                    | 150                       | 205.4                                     |
| Кофейный напиток на<br>сгущенном молоке        | 180                       | 92.4                                      | 150                       | 89.54                                     |
| Батон нарезной                                 | 25                        | 136.0                                     | 20                        | 124.3                                     |
| Повидло яблочное                               | 8                         | 15.4                                      | 8                         | 15.4                                      |
| <b>Второй завтрак</b>                          |                           |                                           |                           |                                           |
| Кисель фруктово<br>ягодный                     | 150                       | 91.21                                     | 150                       | 91.21                                     |
| <b>Обед</b>                                    |                           |                                           |                           |                                           |
| Морковь тушеная                                | 30                        | 33.12                                     | 20                        | 33.12                                     |
| Рассольник с тушенной<br>говядиной со сметаной | 180                       | 120.52                                    | 150                       | 100.21                                    |
| Филе минтая тушенный с<br>овощами              | 50                        | 114.                                      | 40                        | 105.41                                    |
| Картофельное пюре                              | 120                       | 195.11                                    | 100                       | 167.4                                     |
| Компот из сухофруктов                          | 180                       | 77.72                                     | 150                       | 62.51                                     |
| Хлеб ржано – пшеничный                         | 35                        | 122.95                                    | 25                        | 100.44                                    |
| <b>Уплотненный полдник</b>                     |                           |                                           |                           |                                           |
| Котлета мясная п/ф<br>запеченная               | 50                        | 89.1                                      | 40                        | 80.6                                      |
| Каша гречневая вязкая                          | 120                       | 56.0                                      | 100                       | 50.12                                     |
| Соус белый                                     | 40                        | 11.0                                      | 30                        | 9.12                                      |
| Чай с сахаром                                  | 180                       | 52.0                                      | 150                       | 48.6                                      |
| Хлеб пшеничный                                 | 35                        | 100.95                                    | 25                        | 92.41                                     |