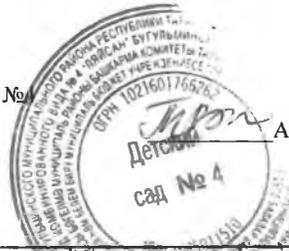


УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая МБДОУ №



А.Ф. Гарасова

**МЕНЮ**

«10» Сентября 2025г (3й день).

Завтрак	Вес (масса) в граммах		Энергетическая ценность	
	С 1г. до 3х л.	С 3 до 7 л.	С 1г. до 3л.	С 3 до 7 л.
Каша ячневая молочная с маслом	140/4	180/3	171,47	214,8
Чай с молоком, сахаром	180/6	180/6	75,76	75,76
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	98,5	111,68
<b>2-ой завтрак</b>				
Катык	150	180	76	92
<b>Обед</b>				
Салат из моркови с сахаром	40	60	20,92	61,74
Суп картофельный с пшенной крупой на бульоне из говядины	150	180	51,45	61,74
Гуляш из отварной говядины/ макароны отварные с масл.сл.	30/30/110/3	40/40/130/3	102,23/134,38	136,31/158,16
Кисель	150	180	62,7	75,24
Хлеб пшеничный/ржаной	20/35	20/45	47,0/69,23	47,05/89,19
<b>Уплотненный полдник</b>				
Фрукты	100	100	95	95
Биточки, рубленые из рыбы запечённые в томатном соусе с овощами/ Картофель запеченный	40/20/120	50/25/140	99,98/182,4	124,98/212,80
Напиток из шиповника / печенье	150/20	180/20	26,15/83,4	31,38/83,4
Хлеб пшеничный 1 сорт	20	30	47	70,5
<b>Белки/ Жиры / Углеводы</b>			46,94/40,84/201,8	57,67/47,93/240,18
<b>Итого килокалорий</b>			<b>1395,57</b>	<b>1663,37</b>

Ст.мед.сестра Санкова Т.В.

Повар Куликова Т.Н.