

Утверждаю

Руководитель

Горохова О.А.

(подпись)

(расшифровка подписи)

## МЕНЮ

на 15.10.2025

ЯСЛИ

| Наименование блюда               | Масса порции, г | Пищевая ценность |         |             |        | Витамины С |
|----------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|--------|------------|
|                                  |                 | Белки, г         | Жиры, г | Гликоиды, г | Вит. С |            |
| <b>ЗАВТРАК</b>                   |                 |                  |         |             |        |            |
| Каша ячневая молочная с маслом   | 150             | 4.77             | 4.49    | 25.47       | 161.10 | 0.780      |
| Какао с молоком                  | 150             | 3.09             | 2.97    | 10.65       | 81.42  | 0.975      |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2    | 20              | 1.58             | 0.20    | 9.66        | 42.72  | 0.000      |
| <b>ОБЕД</b>                      |                 |                  |         |             |        |            |
| Салат из отварной свеклы с солью | 30              | 0.35             | 2.45    | 1.75        | 30.50  | 0.714      |
| Суп из овощей со сметаной        | 150             | 2.28             | 4.51    | 9.30        | 86.70  | 12.315     |
| Каша рисовая рассыпчатая         | 110             | 2.94             | 3.14    | 24.26       | 137.17 | 0.000      |
| Тефтели рыбные(минтай) в соусе   | 70              | 3.49             | 3.53    | 5.87        | 70.05  | 0.672      |
| Компот из сухофруктов            | 150             | 0.02             | 0.00    | 10.66       | 40.56  | 0.075      |
| Хлеб ржаной                      | 40              | 2.64             | 0.48    | 13.36       | 66.00  | 0.920      |
| хлеб пшеничный                   | 20              | 1.58             | 0.20    | 9.66        | 42.72  | 0.000      |
| <b>ПОЛДНИК</b>                   |                 |                  |         |             |        |            |
| Макароны, запеченные с яйцом     | 110             | 5.91             | 10.15   | 22.63       | 207.86 | 0.506      |
| Чай черный                       | 150             | 0.03             | 0.02    | 6.30        | 24.10  | 0.015      |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2    | 20              | 1.58             | 0.20    | 9.66        | 42.72  | 0.000      |

## МЕНЮ

на 15.10.2025

ДЕТСКИЙ САД

| Наименование блюда               | Масса порции, г | Пищевая ценность |         |             |        | Витамины С |
|----------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|--------|------------|
|                                  |                 | Белки, г         | Жиры, г | Гликоиды, г | Вит. С |            |
| <b>ЗАВТРАК</b>                   |                 |                  |         |             |        |            |
| Каша ячневая молочная с маслом   | 180             | 5.72             | 5.38    | 30.56       | 193.32 | 0.936      |
| Какао с молоком                  | 180             | 3.71             | 3.56    | 12.78       | 97.70  | 1.170      |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2    | 30              | 2.37             | 0.30    | 14.49       | 64.08  | 0.000      |
| <b>ОБЕД</b>                      |                 |                  |         |             |        |            |
| Салат из отварной свеклы с солью | 50              | 0.58             | 4.08    | 2.92        | 50.84  | 1.190      |
| Суп из овощей со сметаной        | 180             | 2.74             | 5.42    | 11.16       | 104.04 | 14.778     |
| Каша рисовая рассыпчатая         | 130             | 3.47             | 3.70    | 28.66       | 162.11 | 0.000      |
| Тефтели рыбные(минтай) в соусе   | 100             | 4.99             | 5.04    | 8.39        | 100.07 | 0.960      |
| Компот из сухофруктов            | 180             | 0.02             | 0.00    | 12.80       | 48.67  | 0.090      |
| Хлеб ржаной                      | 50              | 3.30             | 0.60    | 16.70       | 82.50  | 1.150      |
| хлеб пшеничный                   | 30              | 2.37             | 0.30    | 14.49       | 64.08  | 0.000      |
| <b>ПОЛДНИК</b>                   |                 |                  |         |             |        |            |
| Макароны, запеченные с яйцом     | 130             | 6.98             | 12.00   | 26.74       | 245.65 | 0.598      |
| Чай черный                       | 180             | 0.04             | 0.02    | 7.56        | 28.93  | 0.018      |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2    | 20              | 1.58             | 0.20    | 9.66        | 42.72  | 0.000      |