



**МЕНЮ**  
 на 03.07.2025 г.

Наименование блюда	ЯСЛИ		САД	
	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак</b>				
Каша молочная рисовая жидкая	150	169,4	200	259,3
Хлеб пшеничный	20	40,6	20	40,6
Масло сливочное	5	33,1	5	33,1
Чай	180	26,49	180	26,49
<b>Итого выход</b>	<b>355</b>	<b>269,59</b>	<b>405</b>	<b>359,49</b>
<b>Второй завтрак</b>				
Яблоки свежие	100	46	100	46
<b>Итого выход</b>	<b>100</b>	<b>46</b>	<b>100</b>	<b>46</b>
<b>Обед</b>				
Борщ сибирский	150	80,4	200	97,8
Сметана	4	10	6	9,6
Биточки/гуляш	60	208,7	47/80	195,4
Каша рассыпчатая гречневая	90	153,4	120	205,4
Огурец свежий	20	3,0	20	3,0
Хлеб ржаной	40	76,0	50	95,0
Компот из сухофруктов	150	43	180	49,4
<b>Итого выход</b>	<b>504</b>	<b>586,3</b>	<b>713</b>	<b>656,4</b>
<b>Полдник</b>				
Молоко кипяченое	150	79,5	200	106
Ватрушка с повидлом	50	164,9	50	164,9
<b>Итого выход</b>	<b>200</b>	<b>244,4</b>	<b>250</b>	<b>270,9</b>
<b>Ужин</b>				
Капуста тушеная	120	95,7	150	119,2
Фрикадельки мясные	60	139,8	0	0
Фрикадельки рыбные в томатном соусе	0	0	80	80,4
Соус томатный	30	33,1	20	18,7
Хлеб пшеничный	20	40,6	30	60,9
Кофейный напиток (без молока)	180	25,4	180	25,4
<b>Итого выход</b>	<b>410</b>	<b>334,6</b>	<b>460</b>	<b>304,6</b>