**МЕНЮ**

**На 27.08.2025 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МЕНЮ | **ЯСЛИ** | | | | | | | | | **САД** | | | | | | | | | |
| Масса порци и | Пищевые вещества | | | | | | Энергитическая ценность, Ккал | | Масса порции | Пищевые вещества | | | | | | Энергитическая ценность, Ккал | | |
| Б | | | Ж | | У | Б | | Ж | | У | |
| **Завтрак** |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Омлет натуральный | **130** | 11,6 | | 16,6 | | | 2,3 | 205,6 | | **150** | 13,4 | | 19,1 | | 2,7 | | 237,2 | | |
| Горошек зеленый | **40** | 1,1 | | 1,7 | | | 2,2 | 28,4 | | **50** | 1,4 | | 2,1 | | 2,8 | | 35,5 | | |
| Чай с сахаром | **150** | 0,1 | | 0,0 | | | 11,6 | 46,7 | | **180** | 0,1 | | 0,0 | | 13,9 | | 56,0 | | |
| Хлеб пшеничный | **20** | 1,6 | | 0,2 | | | 10,2 | 49,0 | | **25** | 2,0 | | 0,3 | | 12,8 | | 61,3 | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | **10** | 0,5 | | 0,1 | | | 4,9 | 21,4 | | **20** | 1,0 | | 0,1 | | 9,8 | | 42,8 | | |
| **2 завтрак** |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Яблоко | **100** | 0,4 | | 0,4 | | 10,4 | | 45 | | **100** | 0,4 | | 0,4 | | 10,4 | | | 45 | |
| **Обед** |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из моркови | **40** | 0,4 | | 3,6 | | | 3.6 | | 40,0 | **50** | 0,5 | | 4,5 | | 4,5 | | 61,3 | | |
| Борщ с капустой и картофелем | **180** | 1,3 | | 2,8 | | | 5,6 | | 53,1 | **200** | 1,4 | | 3,1 | | 6,2 | | 59,0 | | |
| Шницель мясной | **60** | 8,9 | | 7,4 | | | 11,7 | | 149,1 | **70** | 10,4 | | 8,6 | | 13,7 | | 174,0 | | |
| Соус красный | **25** | 0,3 | | 0,6 | | | 2,4 | | 16,6 | **30** | 0,4 | | 0,7 | | 2,9 | | 19,9 | | |
| Каша гречневая | **110** | 1,4 | | 5,1 | | | 28,2 | | 164,9 | **150** | 1,5 | | 6,9 | | 38,5 | | 224,8 | | |
| Компот из свежих яблок | **150** | 1,5 | | 0,2 | | | 2,8 | | 18,7 | **150** | 1,5 | | 0,15 | | 2,8 | | 18,7 | | |
| Хлеб пшеничный | **20** | 1,6 | | 0,2 | | | 10,2 | | 49,0 | **25** | 2,4 | | 0,3 | | 15,3 | | 73,5 | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | **15** | 0,8 | | 0,2 | | | 7,4 | | 32,1 | **20** | 1,0 | | 0,1 | | 9,8 | | 42,8 | | |
| **Полдник** |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Сырники из творога со сгущенным молоком | **90/20** | | 16,0 | 4,8 | | | 32,5 | | 236,3 | **100/25** | | 18,0 | | 5,5 | | 37,7 | 271,4 | | |
| Кофейный напиток | **150** | | 2,1 | 0,0 | | | 14,9 | | 67,9 | **180** | | 2,5 | | 0,0 | | 17,9 | 81,5 | | |
|  |  | |  |  | | |  | |  |  | |  | |  | |  |  | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **1305** | | **50,0** | **43,7** | | | **157,6** | | **1224,0** | **1575** | | **49,8** | | **52,8** | | **207,4** | | | **1507,7** |