**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** |