**МЕНЮ**

**на 23.10.2025 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 | | |
| Икра кабачковая | **40** | 0,5 | | 2,8 | | | | | 2,9 | 38,8 | **50** | 0,7 | | 3.5 | | 3,7 | | 48,5 | | |
| Кофейный напиток | **150** | 2,1 | | 0,0 | | | | | 14,9 | 67,9 | **180** | 2,5 | | 0,0 | | 17,9 | | 81,5 | | |
| 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 | | 0,2 | | 9.8 | | 42,8 | | |
| **2 завтрак** |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Напиток «Снежок» | **150** | 4,2 | | 3,3 | | | | 6,1 | | 70,9 | **180** | 5,0 | | 4,0 | | 7,3 | | | 85,1 | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Обед** |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Помидоры свежие | **40** | 0,4 | | 0,1 | | | | | 1,8 | 9,8 | **50** | 0,5 | | 0,1 | | 2,3 | | 12,3 | | |
| Суп картофельный с макаронными изд. | **180** | 2,2 | | 2,4 | | | | | 5,3 | 51,9 | **200** | 2,4 | | 2,7 | | 5,9 | | 57,7 | | |
| Шницель мясной | **60** | 8,9 | | 7,4 | | | | | 11,7 | 149,1 | **70** | 10,4 | | 8,6 | | 13,7 | | 174,0 | | |
| Капуста тушеная | **120** | 3,1 | | 4,0 | | | | | 8,4 | 88,4 | **150** | 3,9 | | 5,0 | | 10,5 | | 110,5 | | |
| Напиток из шиповника | **150** | 0,5 | | 0,0 | | | | | 17,3 | 71,2 | **180** | 0,6 | | 0,0 | | 20,8 | | 85,4 | | |
| Хлеб пшеничный | **20** | 1,6 | | 0,2 | | | | | 10,2 | 49,0 | **30** | 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** |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пудинг творожный со сгущенным молоком | **150/20** | 22,3 | | | | 7,0 | | | 50,6 | 353,6 | **170/25** | | 25.5 | | 8,1 | | 58,7 | 408,2 | | |
| Молоко кипяченое | **150** | 4,2 | | | | 4,8 | | | 7,6 | 90,1 | **180** | | 5,0 | | 5,8 | | 9,1 | 108,1 | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **1405** | | **64,5** | **49,1** | | | **161,6** | | | **1348,8** | **1680** | | **76,3** | | **57,9** | | **200,3** | | | **1628,9** |