**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** |