|  |
| --- |
| УТВЕРЖДАЮ:  Заведующий МБДОУ «Детский сад №75»  О.Ю.Зубова |

**Меню 04.07.2025**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Энергетическая ценность** |
| ***ЗАВТРАК*** | | |
| Суп молочный с вермишелью | 170 | 174 |
| Какао с молоком | 200 | 119 |
| Бутерброд с маслом | 30/5 | 119 |
| **Всего в завтрак** | **405** | **412** |
| ***ОБЕД*** | | |
| Лук репчатый порционный | 50 | 47 |
| Борщ со свежей капустой со сметаной на мясном бульоне | 180 | 88 |
| Гуляш из отварного мяса | 80 | 126 |
| Гарнир перловый | 130 | 151 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 102 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 98 |
| **Всего в обед** | **670** | **612** |
| ***ПОЛДНИК*** | | |
| Кондитерские изделия | 40 | 157 |
| Молоко кипяченое | 180 | 102 |
| Яблоки | 100 | 44 |
| **Всего в полдник** | **320** | **303** |
| ***УЖИН*** | | |
| Яйцо вареное | 40 | 57 |
| Рыба тушеная с овощами | 170 | 273 |
| Чай с сахаром | 200 | 44 |
| Хлеб пшеничный | 45 | 106 |
| **Всего в ужин** | **455** | **480** |
| **Всего за день** | **1850** | **1807** |