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

**Меню 13.10.2025**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| ***ЗАВТРАК*** |
| Пюре гороховое  | 170 | 215 |
| Чай с сахаром  | 200 | 44 |
| Бутерброд с маслом и сыром | 32/5/8 | 135 |
|  |  |  |
| **Всего в завтрак** | **455** | **451** |
| ***ОБЕД*** |
| Морковь отварная  | 50 | 15 |
| Суп крестьянский на мясном бульоне со сметаной | 180 | 104 |
| Бефстроганов из мяса | 80 | 151 |
| Макароны отварные  | 130 | 138 |
| Сок фруктовый | 200 | 92 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 98 |
| **Всего в обед** | **690** | **598** |
| ***ПОЛДНИК*** |
| Кондитерские изделия | 40 | 157 |
| Молоко кипяченое | 180 | 102 |
| Яблоки  | 100 | 44 |
| **Всего в полдник** | **320** | **303** |
| ***УЖИН*** |
| Огурец соленый  | 50 | 9 |
| Котлеты картофельные | 160 | 228 |
| Какао с молоком | 200 | 119 |
| Хлеб пшеничный | 45 | 106 |
| **Всего в ужин** | **455** | **462** |
| **Всего за день** | **1920** | **1814** |