

Утверждаю

Авведующий

Макарова В. В.

| МЕНЮ на 25.12.2025 года |                          |              |     |              |       |  |
|-------------------------|--------------------------|--------------|-----|--------------|-------|--|
|                         | Наименование<br>блюд     | Выход порции |     | Калорийность |       |  |
|                         |                          | ясли         | сад | ясли         | сад   |  |
| Завтрак                 | Каша гречневая           | 150          | 190 | 129          | 175   |  |
|                         | Кофе с молоком           | 150          | 180 | 76           | 92    |  |
|                         | Бутерброд с маслом       | 24.          | 35. | 78           | 108   |  |
| Завтрак - 2             | Кефир                    | 150          | 180 | 79,2         | 95,4  |  |
|                         | Свекла отварная ломтиком | 40           | 50  | 40,11        | 50,14 |  |
| Обед                    | Щи со сметаной           | 180          | 200 | 130,5        | 145   |  |
|                         | Кура тушенная            | 60           | 80  | 94,5         | 126   |  |
|                         | Рис отварной             | 110          | 135 | 138          | 169   |  |
|                         | Компот из ягод           | 150          | 180 | 84,75        | 101,7 |  |
|                         | Хлеб ржаной              | 30           | 45  | 64,2         | 96    |  |
|                         |                          |              |     |              |       |  |
| Уплотненный<br>Полдник  | Картофель отварной       | 150          | 160 | 120,8        | 129,2 |  |
|                         | Сельдь с/с с луком       | 40           | 50  | 79,2         | 99    |  |
|                         | Булочка сдобная          | 65           | 80  | 158,1        | 197,7 |  |
|                         | Чай сладкий              | 150          | 180 | 37,8         | 45,36 |  |
|                         | Мандарин                 | 160          | 160 | 66           | 66    |  |