

**МЕНЮ**  
**На 27 июня 2025 год**

| я 2        | Наименование блюда                                          |   | Выход    | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|------------|-------------------------------------------------------------|---|----------|------------------|-------|-------|--------------------------------------|
| 10<br>День |                                                             |   |          | Б                | Ж     | У     |                                      |
| Завтрак    |                                                             |   |          |                  |       |       |                                      |
|            | Каша жидкая молочная<br>манная                              | С | 180      | 2,88             | 4,58  | 19,32 | 129,60                               |
|            |                                                             | Я | 150      | 2,40             | 3,82  | 16,10 | 108,00                               |
|            | Хлеб пшеничный                                              | С | 20       | 1,52             | 0,16  | 9,84  | 47,00                                |
|            |                                                             | Я | 15       | 1,14             | 0,12  | 7,38  | 35,25                                |
|            | масло сладко-сливочное<br>"Крестьянское"<br>72,5%(покупать) | С | 7        | 0,06             | 5,08  | 0,10  | 46,20                                |
|            |                                                             | Я | 5        | 0,04             | 3,63  | 0,07  | 33,00                                |
|            | Чай с молоком 2,5%                                          | С | 200      | 2,97             | 2,60  | 15,92 | 98,80                                |
|            |                                                             | Я | 180      | 2,67             | 2,34  | 14,33 | 89,00                                |
|            | Итого: сад                                                  | С | 407      | 7,43             | 12,42 | 45,18 | 321,6                                |
| Обед       | Свекольник                                                  | С | 200      | 1,74             | 3,53  | 9,67  | 92,62                                |
|            |                                                             | Я | 150      | 1,31             | 2,65  | 7,25  | 69,46                                |
|            | Котлеты рыбные                                              | с | 70       | 8,52             | 8,16  | 9,24  | 144,00                               |
|            |                                                             | я | 50       | 6,09             | 5,83  | 6,60  | 102,80                               |
|            | Овощи отварны                                               | с | 50       | 0,72             | 11,91 | 1,97  | 24,31                                |
|            |                                                             | я | 30       | 0,43             | 1,14  | 1,18  | 14,58                                |
|            | Картофель отварной                                          | с | 80/3     | 1,52             | 2,30  | 12,27 | 75,95                                |
|            |                                                             | я | 80/3     | 1,52             | 2,30  | 12,27 | 75,95                                |
|            | Компот из свежих яблок                                      | С | 180      | 0,43             | 0,25  | 12,66 | 54,61                                |
|            |                                                             | Я | 150      | 0,36             | 0,21  | 10,55 | 45,51                                |
|            | Хлеб пшеничный                                              | С | 40       | 3,04             | 0,32  | 19,68 | 94,00                                |
|            |                                                             | Я | 30       | 2,28             | 0,24  | 14,76 | 70,50                                |
| Полдник    | Хлеб ржано- пшеничный                                       | С | 37       | 2,44             | 0,44  | 15,91 | 74,74                                |
|            |                                                             | Я | 30       | 1,98             | 0,36  | 12,90 | 60,60                                |
|            | Итого: сад                                                  | С | 660      | 18,41            | 26,91 | 81,40 | 560,23                               |
|            |                                                             | Я | 523      | 13,97            | 12,73 | 65,51 | 439,40                               |
|            | Кондитерские изделия<br>(печенье или пряники)               | С | 50       | 2,25             | 2,94  | 22,32 | 125,10                               |
|            |                                                             | Я | 30       | 2,25             | 2,94  | 22,32 | 125,10                               |
|            | Чай с лимоном                                               | С | 200/11/9 | 0,13             | 0,02  | 11,30 | 45,50                                |
|            |                                                             | Я | 150/7/4  | 0,07             | 0,01  | 7,10  | 29,00                                |
|            | Итого: сад                                                  | С | 270      | 2,38             | 2,96  | 33,62 | 170,60                               |
|            | Итого: ясли                                                 | Я | 191      | 2,32             | 2,95  | 29,42 | 154,10                               |