

**МЕНЮ**  
**На 29 июля 2025 год**

| 2 день   | Наименование блюда                                     |          | Выход      | Пищевые вещества |              |               | Энергетическ  |
|----------|--------------------------------------------------------|----------|------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
| Завтрак  |                                                        |          |            | Б                | Ж            | У             |               |
|          | Каша жидкая молочная пшенная                           | с        | 180        | 4,15             | 5,48         | 23,71         | 160,80        |
|          |                                                        | я        | 150        | 3,46             | 4,57         | 19,76         | 134,00        |
|          | Масло сладко -сливочное "Крестьянское" 72,5%(порциями) | С        | 5          | 0,04             | 3,63         | 0,07          | 33,00         |
|          | Хлеб пшеничный                                         | С        | 20         | 1,52             | 0,16         | 9,84          | 47,00         |
|          |                                                        | Я        | 15         | 1,14             | 0,12         | 7,38          | 35,25         |
|          | Сыр полутвердый "Российский" 50% (порциями)            | С        | 10         | 2,40             | 3,03         | 0,00          | 36,60         |
|          |                                                        | Я        | 10         | 2,40             | 3,03         | 0,00          | 36,60         |
|          | Кофейный напиток с молоком 2,5% (1 вариант)            | С        | 200        | 3,12             | 2,66         | 14,17         | 93,30         |
|          |                                                        | Я        | 180        | 2,81             | 2,39         | 12,75         | 83,90         |
|          | <b>Итого: сад</b>                                      | <b>С</b> | <b>415</b> | <b>11,23</b>     | <b>14,96</b> | <b>47,79</b>  | <b>370,7</b>  |
|          | <b>Итого: ясли</b>                                     | <b>Я</b> | <b>355</b> | <b>9,81</b>      | <b>10,11</b> | <b>39,89</b>  | <b>289,75</b> |
| 2-завтра | Яблоки свежие                                          |          |            |                  |              |               |               |
|          |                                                        | Я        | 1/100      | 0,40             | 0,40         | 9,80          | 44,00         |
| Обед     | Суп картофельный с мясными фрикадельками               | С        | 172/28     | 4,16             | 5,02         | 23,20         | 154,80        |
|          |                                                        | Я        | 129/21     | 3,10             | 3,80         | 17,40         | 116,10        |
|          | Капуста тушеная                                        | С        | 130        | 2,68             | 4,21         | 12,26         | 97,63         |
|          |                                                        | Я        | 110        | 2,27             | 3,56         | 10,37         | 82,61         |
|          | Котлета домашняя                                       | с        | 70         | 8,75             | 17,15        | 13,30         | 143,20        |
|          |                                                        | я        | 50         | 6,25             | 12,25        | 9,50          | 173,70        |
|          | Компот из лимонов                                      | С        | 180        | 0,41             | 0,09         | 30,59         | 124,74        |
|          |                                                        | Я        | 150        | 0,33             | 0,07         | 25,49         | 103,95        |
|          | Хлеб пшеничный                                         | С        | 40         | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 94,00         |
|          |                                                        | Я        | 30         | 2,28             | 0,24         | 14,76         | 70,50         |
|          | Хлеб ржано- пшеничный                                  | С        | 37         | 2,44             | 0,44         | 15,91         | 74,74         |
|          |                                                        | Я        | 30         | 1,98             | 0,36         | 12,90         | 60,60         |
|          | <b>Итого: сад</b>                                      | <b>С</b> | <b>657</b> | <b>21,48</b>     | <b>27,23</b> | <b>114,94</b> | <b>689,11</b> |
|          | <b>Итого: ясли</b>                                     | <b>Я</b> | <b>520</b> | <b>16,21</b>     | <b>20,28</b> | <b>90,42</b>  | <b>607,46</b> |
| Полдник  | Лапшевник с творогом 5 %                               | С        | 100        | 8,87             | 7,77         | 20,80         | 188,67        |
|          |                                                        | Я        | 100        | 8,87             | 7,77         | 20,80         | 188,67        |
|          | Соус молочный сладкий                                  | С        | 30         | 0,58             | 1,36         | 3,98          | 30,45         |
|          |                                                        | Я        | 30         | 0,58             | 1,36         | 3,98          | 30,45         |
|          | Кефир 2,5% или ряженка 2,5%                            | С        | 180        | 5,00             | 3,93         | 7,35          | 85,06         |
|          |                                                        | Я        | 150        | 4,20             | 3,28         | 6,13          | 70,89         |
|          | <b>Итого: сад</b>                                      | <b>С</b> | <b>310</b> | <b>14,45</b>     | <b>13,06</b> | <b>32,13</b>  | <b>304,18</b> |
|          | <b>Итого: ясли</b>                                     | <b>Я</b> | <b>280</b> | <b>13,65</b>     | <b>12,41</b> | <b>30,91</b>  | <b>290,01</b> |