



09.10.2025 г.

## МЕНЮ ЗАВТРАК

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА      | НОРМА        |               | калорийность |
|-------------------------|--------------|---------------|--------------|
|                         | (до 3-х лет) | (от 3-х до 7) |              |
| Омлет натуральный       | 130          | 150           | 221.3        |
| Горошек зеленый         | 30           | 40            | 47           |
| Хлеб пшеничный          | 30           | 30            | 104.12       |
| Чай с сахаром и лимоном | 150          | 180           | 41           |
| Сыр твердых сортов      | 5            | 10            | 130          |
| 2 – ой завтрак: Яблоки  | 100          | 100           | 68.2         |

## ОБЕД

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                  | НОРМА        |               | калорийность |
|-------------------------------------|--------------|---------------|--------------|
|                                     | (до 3-х лет) | (от 3-х до 7) |              |
| Суп картоф.смясн.фрикад.насл.мас    | 180          | 200           | 139.73       |
| Хлеб пшеничный.                     | 50           | 60            | 104.12       |
| Рыба запеч. с морковью в смет.соусе | 65           | 75            | 137.21       |
| Картофельное пюре.                  | 130          | 150           | 106.97       |
| Свекла отварная                     | 40           | 40            | 81.6         |
| Сок фруктовый                       | 150          | 180           | 190          |
|                                     |              |               |              |
|                                     |              |               |              |

## ПОЛДНИК

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА         | НОРМА        |               | калорийность |
|----------------------------|--------------|---------------|--------------|
|                            | (до 3-х лет) | (от 3-х до 7) |              |
| Булочка домашняя с сахаром | 45           | 60            | 228.20       |
| Какао с молоком            | 150          | 180           | 118.69       |
|                            |              |               |              |