

УТВЕРЖДАЮ :  
руководитель Центра развития ребенка –

детский сад «Шопшинский»



В.В. Плисова

## МЕНЮ

ДАТА «10» октября 2025 (пятница)

| Прием пищи | Наименование блюда                                 | Масса порции (г) |     | Калорийность порции (Ккал) |         |
|------------|----------------------------------------------------|------------------|-----|----------------------------|---------|
|            |                                                    | ясли             | сад | ясли                       | сад     |
| ЗАВТРАК    | Каша молочная Дружба жидкая                        | 130              | 150 | 124,8                      | 144     |
|            | Батон нарезной                                     | 22               | 30  | 54,6                       | 74,5    |
|            | Чай с сахаром                                      | 150              | 180 | 48                         | 57,6    |
|            | Фрукт (Яблоко/груша)                               | 60               | 70  | 31,2/34                    | 36,4/40 |
| ОБЕД       | Зеленый горошек                                    | 30               | 50  | 17,0                       | 28,3    |
|            | Щи из свежей капусты с картофелем ,мясом, сметаной | 150              | 180 | 126,7                      | 152     |
|            | Картофельное пюре                                  | 110              | 130 | 96,8                       | 114,4   |
|            | Котлета рыбная                                     | 50               | 70  | 78                         | 109,2   |
|            | Хлеб ржаной                                        | 30               | 37  | 61,8                       | 76      |
|            | Компот из свежемороженых ягод                      | 150              | 180 | 76,5                       | 91,8    |
|            | Батон нарезной                                     | 22               | 30  | 54,6                       | 74,5    |
| ПОЛДНИК    | Снежок                                             | 150              | 180 | 118,5                      | 142,2   |

Ст.медсестра Ю.А.Морозова

Повар О.В.Грибкова