

УТВЕРЖДАЮ :

руководитель Центра развития ребенка –

детский сад «Шопшинский»

В.В. Плисова



МЕНЮ

ДАТА «13» октября 2025 (понедельник)

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)		Калорийность порции (Ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая жидкая	130	150	102,7	118,5
	Кофейный напиток на молоке	150	180	118,5	142,2
	Кондитерка (печенье/вафли)	30	30	90/112	90/112
	Фрукт (яблоко /груша)	60	70	31,2/34	36,4/40
ОБЕД	Соленый огурец	30	50	3,5	5,8
	Суп картофельный с рыбой	150	180	77,0	92,4
	Рагу овощное	110	130	105,6	124,8
	Котлета мясная	50	70	122	170,8
	Хлеб ржаной	30	37	61,8	76
	Напиток из плодов шиповника	150	180	97,5	117,0
ПОЛДНИК	Ватрушка с творогом	70	80	205,1	234,4
	Кисель из свежемороженых ягод	150	180	88,5	106,2

Ст.медсестра  Ю.А.Морозова

Повар  О.В.Грибова