

УТВЕРЖДАЮ :

руководитель Центра развития ребенка –

детский сад «Шопшинский»

В.В. Плисова



МЕНЮ

ДАТА «16» октября 2025 (четверг)

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)		Калорийность порции (Ккал)	
		ясли	сад	ясли	сад
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	130	160	312	384
	Батон нарезной	22	30	54,6	74,5
	Чай с сахаром	150	180	48	57,6
	Фрукт (яблоко/груша)	60	70	31,2/34,2	36,4/40
-ОБЕД	Свежий помидор	30	50	7,2	12
	Борщ с капустой и картофелем ,с мясом, сметаной	150	180	133,3	160
	Картофель тушеный с мясными консервами	130	150	184,3	212,6
	Хлеб ржаной	30	37	61,8	76
	Компот из свежемороженных ягод	150	180	76,5	91,8
ПОЛДНИК	Ватрушка с повидлом	70	80	205,1	234,4
	Какао с молоком	150	180	118,5	142,2

Ст.медсестра Ю.А.Морозова

Повар О.В.Грибова