

УТВЕРЖДАЮ :

руководитель Центра развития ребенка –

детский сад «Шопшинский»

В.В. Плисова



**МЕНЮ**

**ДАТА «22» октября 2025 (среда)**

| Прием пищи | Наименование блюда                 | Масса порции |     | Калорийность порции |         |
|------------|------------------------------------|--------------|-----|---------------------|---------|
|            |                                    | 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      |
|            | Суп картофельный с яйцом, сметаной | 150          | 180 | 119,4               | 143,3   |
|            | Капуста тушеная                    | 110          | 130 | 77                  | 91      |
|            | Котлета куриная                    | 50           | 70  | 129                 | 180,6   |
|            | Хлеб ржаной                        | 30           | 37  | 61,8                | 76      |
|            | Напиток лимонный                   | 150          | 180 | 75                  | 90      |
| ПОЛДНИК    | Батон нарезной                     | 22           | 30  | 54,6                | 74,5    |
|            | Молочный коктейль                  | 150          | 180 | 112,5               | 135     |

Ст.медсестра Ю.А.Морозова

Повар О.В.Грибкова