

| ДАТА 21.10.2025                           | Выход |     | Калорийность |             |
|-------------------------------------------|-------|-----|--------------|-------------|
|                                           | Ясли  | Сад | Ясли         | Сад         |
| <b>Завтрак</b>                            |       |     |              |             |
| Каша гречневая                            | 150   | 200 | 198          | 264         |
| Кофейный напиток                          | 150   | 200 | 101          | 138         |
| Батон                                     | 20    | 30  | 53           | 79          |
| Сыр                                       | 15    | 20  | 53           | 70          |
| <b>10 часов</b>                           |       |     |              |             |
| Сок                                       | 150   | 150 | 69           | 69          |
| <b>Обед</b>                               |       |     |              |             |
| Суп крестьянский на мкбульоне со сметаной | 150   | 200 | 85           | 113         |
| Жаркое по – домашнему                     | 150   | 200 | 195          | 260         |
| Свекла отварная                           | 30    | 40  | 16           | 21          |
| Компот из сухих яблок                     | 150   | 200 | 67           | 141         |
| Хлеб пшеничный                            | 20    | 30  | 48           | 72          |
| Хлеб дарницкий                            | 40    | 50  | 86           | 108         |
| <b>Полдник</b>                            |       |     |              |             |
| Напиток из сухого шиповника               | 150   | 200 | 70           | 89          |
| Печенье                                   | 20    | 20  | 83           | 83          |
| <b>Ужин</b>                               |       |     |              |             |
| Соте из минтая                            | 100   | 120 | 122          | 145         |
| Зеленый горошек                           | 50    | 50  | 19           | 19          |
| Соус сметанный                            | 30    | 50  | 46           | 56          |
| Чай с лимоном                             | 150   | 200 | 45           | 64          |
| Хлеб пшеничный                            | 20    | 20  | 48           | 48          |
|                                           |       |     | <b>1404</b>  | <b>1839</b> |

Шеф - повар

*М.А.Р.*

