



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий детского сада №23 «Малыш»



Карасева О.С.

М Е Н Ю - 3

ЗАВТРАК

На 22 октября 2025г.

ЯСЛИ 1-3				САД 3-7	
1.	Каша манная молочная с маслом сливоч.	140/3	149,26	180/3	186,30
2.	Чай с сахаром и молоком	180/6	72,70	180/6	72,70
3.	Бутерброд с маслом сливоч.	25/5	98,50	30/5	111,60

II Завтрак

1	Яблоки свежие	100	47,0	100	47,00
---	---------------	-----	------	-----	-------

Обед

1.	Салат из квашеной капусты	30	25,71	50	42,85
2.	Суп картофельный с горохом , на бульоне из индейки	150	88,95	180	106,74
3.	Плов из отварной индейки	150	217,98	200	290,64
4.	Компот из урюка	150	44,85	180	68,20
5.	Хлеб пшеничный	20	47,00	20	47
6.	Хлеб ржаной	35	69,30	45	89,10

ПОЛДНИК

1	Ряженка	150	76,00	180	91,80
2	Булочка дорожная	35	112,35	35	112,35

Ужин

1.	Фрикадельки рыбные отварные	50	55,00	80	88,00
2.	Картофель запеченный	120	182,40	140	212,80
3.	Напиток из шиповника	150/5	52,5	180/6	79,38
4	Хлеб пшеничный	20	47,00	30	70,50
		Итого за 3 день 1386,50 (ккал)		Итого за 3 день 1716,96 (ккал)	