



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий детского сада №23 «Малыш»

*Карасева О.С.*  
подпись

Карасева О.С.  
расшифровка подписи



**М Е Н Ю - 7**

На 28 октября 2025 г.

### Завтрак

|    |                                      |         |        |         |        |
|----|--------------------------------------|---------|--------|---------|--------|
| 1. | Каша ячневая молочная с маслом слив. | 140/3   | 173,76 | 180/3   | 223,41 |
| 2. | Кофейный напиток с молоком           | 180/6   | 42,67  | 180/6   | 42,67  |
| 3. | Бутерброд с сыром и маслом сливочным | 25/10/5 | 132,83 | 30/10/5 | 146,10 |

### II Завтрак

|    |               |     |       |     |       |
|----|---------------|-----|-------|-----|-------|
| 1. | Фрукты свежие | 100 | 47,00 | 100 | 47,00 |
|----|---------------|-----|-------|-----|-------|

### Обед

|    |                                                    |       |        |       |        |
|----|----------------------------------------------------|-------|--------|-------|--------|
| 1. | Огурцы свежие порционно                            | 30    | 3,6    | 50    | 6,0    |
| 2. | Суп картофельный с клецками на бульоне из индейки. | 150   | 86,55  | 180   | 120,08 |
| 3. | Гуляш из отварной индейки                          | 30/30 | 102,23 | 40/40 | 136,31 |
| 4. | Каша перловая с овощами и слив.маслом              | 110/2 | 112,94 | 130/3 | 137,68 |
| 5. | Компот из свежих яблок                             | 150   | 46,05  | 180   | 55,26  |
| 6. | Хлеб ржаной (ясли,сад)                             | 35    | 69,30  | 45    | 89,10  |
|    | Хлеб пшеничный (сад)                               |       |        | 25    | 58,75  |

### Полдник

|   |                              |     |       |     |       |
|---|------------------------------|-----|-------|-----|-------|
| 1 | Кефир                        | 150 | 75,00 | 180 | 90,00 |
| 2 | Кондитерское изделие Пряники | 35  | 128,1 | 35  | 128,1 |

### Ужин

|    |                         |                                  |        |                                  |        |
|----|-------------------------|----------------------------------|--------|----------------------------------|--------|
| 1. | Омлет натуральный       | 130                              | 256,67 | 150                              | 335,23 |
| 2. | Чай с сахаром и лимоном | 150/5/5                          | 21,78  | 180/6/7                          | 26,48  |
| 3. | Хлеб пшеничный          | 20                               | 47,0   | 25                               | 58,75  |
|    |                         | Итого за 7 день<br>1345,49(ккал) |        | Итого за<br>7 день 1642,17(ккал) |        |