



Заведующий детского сада №23 «Малыш»

*Карасева О.С.*  
подпись

Карасева О.С.  
расшифровка подписи

**М Е Н Ю - 1 0**

На 31 октября 2025г.

Ясли 1-3

Сад 3-7



### Завтрак

|    |                                           |         |        |         |        |
|----|-------------------------------------------|---------|--------|---------|--------|
| 1. | Каша геркулесовая молочная с маслом слив. | 140/3   | 185,66 | 180/3   | 233,10 |
| 2. | Кофейный напиток с молоком                | 180/6   | 42,67  | 180/6   | 42,67  |
| 3. | Бутерброд с сыром, маслом слив.           | 25/10/5 | 132,83 | 30/10/5 | 146,10 |

### II Завтрак

|    |               |     |       |     |       |
|----|---------------|-----|-------|-----|-------|
| 1. | Сок фруктовый | 125 | 52,77 | 180 | 76,00 |
|----|---------------|-----|-------|-----|-------|

### Обед

|    |                                                       |          |        |          |        |
|----|-------------------------------------------------------|----------|--------|----------|--------|
| 1. | Огурцы свежие порционно                               | 30       | 3,6    | 50       | 6,0    |
| 2. | Суп картоф.с рисовой крупой с мяс. Фрикад.со сметаной | 150/10/5 | 72,05  | 180/10/5 | 79,60  |
| 3. | Котлеты рыбные с маслом сливоч.                       | 50/2     | 102,20 | 70/3     | 144,36 |
| 4. | Макаронные изделия отварные с овощами                 | 110      | 138,16 | 130      | 163,28 |
| 5. | Кисель                                                | 150      | 62,70  | 180      | 75,24  |
| 6. | Хлеб Ржаной (ясли,сад)                                | 35       | 69,30  | 45       | 89,10  |
| 7. | Хлеб Пшеничный ( сад )                                |          |        | 25       | 58,75  |

### Полдник

|   |                    |     |       |     |       |
|---|--------------------|-----|-------|-----|-------|
| 1 | Ряженка            | 150 | 76,00 | 180 | 91,80 |
| 2 | Булочка Российская | 30  | 88,50 | 30  | 88,50 |

### Ужин

|    |                                         |                  |                |                  |               |
|----|-----------------------------------------|------------------|----------------|------------------|---------------|
| 1. | Каша вязкая гречневая с мясом и овощами | 150              | 201,38         | 200              | 268,50        |
| 2. | Напиток из шиповника                    | 150/5            | 52,50          | 180/6            | 79,38         |
| 3. | Хлеб пшеничный                          | 20               | 47,00          | 30               | 70,50         |
|    |                                         | Итого за 10 день | 1327,32 (ккал) | Итого за 10 день | 1712,88(ккал) |