



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий детского сада №23 «Мальвина»

*Карасева О.С.*



## МЕНЮ - 3

ЗАВТРАК

На 5 ноября 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) |        |