



## М Е Н Ю

### 3 июля 2025 года

|                |                                 | до 3-х лет   |                                   | с 3 до 7 лет |                                   |
|----------------|---------------------------------|--------------|-----------------------------------|--------------|-----------------------------------|
|                |                                 | Выход порции | Энергетическая<br>ценность (ккал) | Выход порции | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
| <b>Завтрак</b> | Биточки рыбные                  | 60           | 78                                | 80           | 90                                |
|                | картофель отварной              | 110          | 114                               | 130          | 138                               |
|                |                                 |              |                                   |              |                                   |
|                | Хлеб йодированный               | 10           | 24                                | 10           | 24                                |
|                | Чай с сахаром                   | 180          | 25                                | 200          | 28                                |
|                |                                 |              |                                   |              |                                   |
|                | Бутерброд с маслом              | 15           | 108                               | 15           | 108                               |
|                |                                 |              |                                   |              |                                   |
| <b>10.00</b>   | Яблоко                          |              |                                   |              |                                   |
|                |                                 |              |                                   |              |                                   |
| <b>Обед</b>    | Суп картофельный вегетарианский | 150          | 75                                | 200          | 79                                |
|                |                                 |              |                                   |              |                                   |
|                | Гуляш из говядины               | 50           | 101                               | 135          | 301                               |
|                | макаронные изделия отварные     | 110          | 172                               | 130          | 194                               |
|                | икра кабачковая                 | 40           | 28                                | 60           | 42                                |
|                |                                 |              |                                   |              |                                   |
|                |                                 |              |                                   |              |                                   |
|                | Компот из сухофруктов           | 150          | 75                                | 180          | 105                               |
|                | Хлеб                            | 40           | 65                                | 50           | 90                                |
|                |                                 |              |                                   |              |                                   |
| <b>Полдник</b> | Кефир                           | 150          | 80                                | 180          | 96                                |
|                | Крендель сахарный               | 60           | 127                               | 70           | 178                               |
|                |                                 |              |                                   |              |                                   |
|                |                                 |              |                                   |              |                                   |
|                |                                 |              |                                   |              |                                   |
| <b>Ужин</b>    | Каша рисовая молочная жидкая    | 150          | 178                               | 200          | 244                               |
|                | Яйцо отварное                   | 1 шт         | 74                                | 1 шт         | 74                                |
|                |                                 |              |                                   |              |                                   |
|                | Хлеб                            | 10           | 23                                | 10           | 23                                |
|                |                                 |              |                                   |              |                                   |
|                | Какао с молоком                 | 150          | 68                                | 180          | 89                                |