

# МЕНЮ

«Утверждаю»

заведующий МБДОУ ЦРР ДС № 33

А.А. Аленицкая

Дата 10.10.2025

| МЕНЮ на 13.10.2025                    | Калорийность |         | ВЫХОД   |
|---------------------------------------|--------------|---------|---------|
| ЗАВТРАК                               | Ясли         | Сад     |         |
| Каша ячневая молочная                 | 133,32       | 162,64  | 150/200 |
| Какао с молоком                       | 105,51       | 136,9   | 180/200 |
| Батон                                 | 78,3         | 78,3    | 30/30   |
| Сыр                                   | 14,64        | 21,96   | 4/6     |
| Итого                                 | 331,77       | 399,8   |         |
| <b>2 ЗАВТРАК – 10 часов</b>           |              |         |         |
| Яблоко                                | 45,6         | 48,0    | 95/100  |
| <b>ОБЕД</b>                           |              |         |         |
| Суп - лапша                           | 120,22       | 145,98  | 180/200 |
| Каша гречневая                        | 228,0        | 263,0   | 130/150 |
| Голень куриная запеченная со сметаной | 159,0        | 174,9   | 70/80   |
| Компот из сухофруктов                 | 46,74        | 57,4    | 180/200 |
| Хлеб                                  | 63,0         | 73,5    | 30/35   |
| Итого                                 | 616,96       | 714,78  |         |
| <b>ПОЛДНИК</b>                        |              |         |         |
| Булочка с сахаром                     | 199,0        | 227,0   | 70/80   |
| Молоко                                | 116,0        | 116,0   | 200/200 |
| Итого                                 | 315,0        | 343,0   |         |
| <b>УЖИН</b>                           |              |         |         |
| Омлет                                 | 368,0        | 368,0   | 200     |
| Чай с сахаром                         | 38,7         | 38,7    | 200     |
| Хлеб                                  | 73,5         | 73,5    | 35      |
| Итого                                 | 480,2        | 480,2   |         |
| Общее количество за день              | 1789,53      | 1985,78 |         |

