

«УТВЕРЖДАЮ»  
 /Старший воспитатель  
 структурного подразделения  
 «Детский сад № 29 «Кораблик»»  
 ГБОУ СОШ № 13 г.о. Чапаевск  
 /Засыпкина А.Н./

## МЕНЮ

На 13 октября 2025 года

| Завтрак                                       | Выход (г)  | Энергет. ценность | Выход (г)  | Энергет. ценность |
|-----------------------------------------------|------------|-------------------|------------|-------------------|
|                                               | Ясли       | Ккал              | Д/сад      | Ккал              |
| Каша из пшена и риса молочная жидкая «Дружба» | 150        | 167,37            | 200        | 223,16            |
| Бутерброд с маслом                            | 30/5       | 127,58            | 40/5       | 164,03            |
| Кофейный напиток с молоком сгущенным          | 150        | 84                | 180        | 92                |
| <b>2 Завтрак</b>                              |            |                   |            |                   |
| Компот из свежемороженых ягод (клюква)        | 150        | 52,08             | 200        | 69,44             |
| <b>Суммарный объем блюд</b>                   | <b>485</b> | <b>431,03</b>     | <b>625</b> | <b>548,63</b>     |
| <b>Обед</b>                                   |            |                   |            |                   |
| Суп из овощей                                 | 150        | 73,78             | 200        | 98,37             |
| Макаронные отварные                           | 120        | 183,81            | 150        | 229,76            |
| Яйцо вареное                                  | 40         | 63                | -          | -                 |
| Отварные колбасные изделия (сосиски)          | -          | -                 | 50         | 169               |
| Компот из сухофруктов с вит. «С»              | 150        | 72,57             | 200        | 96,76             |
| Хлеб пшеничный                                | 30         | 66,38             | 40         | 88,5              |
| Хлеб ржано-пшеничный                          | 30         | 102               | 40         | 136               |
| <b>Суммарный объем блюд</b>                   | <b>520</b> | <b>561,54</b>     | <b>680</b> | <b>818,39</b>     |
| <b>Уплотненный полдник</b>                    |            |                   |            |                   |
| Булочка ванильная                             | 60         | 56,4              | 90         | 84,6              |
| Чай                                           | 150        | 39,8              | 200        | 53,06             |
| <b>Суммарный объем блюд</b>                   | <b>210</b> | <b>96,2</b>       | <b>290</b> | <b>137,66</b>     |

Стоимость

139,97