



Утверждаю:  
ИО Заведующий д/с №3 Вершинина Н.В.



### Меню 22.08.2025.

| Завтрак                     | Выход порций | Калорийность |
|-----------------------------|--------------|--------------|
| Каша кукурузная             | 150/200      | 215,7/287,7  |
| Бутерброд с маслом          | 30/5         | 147,0        |
| Чай черный с сахаром        | 150/200      | 20,1/26,8    |
| II завтра                   |              |              |
| Фрукты                      | 100          | 52,0         |
| Обед                        |              |              |
| Салат из свежих овощей      | 40/60        | 25,0/37,6    |
| Борщ со сметаной            | 180/200      | 99,2/110,3   |
| Плов из говядины            | 200/250      | 318,6/398,3  |
| Компот из смеси сухофруктов | 150/180      | 60,7/72,9    |
| Хлеб                        | 50/70        | 117,5/164,5  |
| Полдник                     |              |              |
| Пирожок с капустой          | 60/75        | 130,4/163,0  |
| Чай черный с сахаром        | 150/200      | 20,1/26,8    |

м/с Тетеревкова В.А.