



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



Меню 14.10.2025.

Завтрак	Выход порций	Калорийность
Каши пшеничная	150/200	202,6/270,2
Бутерброд с маслом	30/5	147,0
Какао с молоком	150/200	75,3/100,4
II завтрак		
Фрукты	100	52,0
Обед		
Салат из свежей капусты и горошка	40/60	57,6/86,4
Рассольник со сметаной	180/200	113,0/125,5
Котлета из говядины, соус	60/20/70/30	142,0/177,5
Макароны отварные	120/150	157,4/196,8
Компот из смородины	150/180	25,4/31,8
Хлеб	40/60	94,0/141,0
Полдник		
Картофельное пюре	120/150	111,5/139,4
Огурчик солёный	40/60	5,2/7,8
Хлеб	30/40	70,5/94,0
Чай с лимоном	150/200	20,9/27,9

м/с Тетеревкова В.А.