



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



Меню 16.10.2025.

Завтрак	Выход порций	Калорийность
Каша пшенная	150/200	206,2/274,9
Бутерброд с маслом	30/5	147,0
Чай черный с сахаром	150/200	20,1/26,8
II завтрак		
Фрукты	100	52,0
Обед		
Суп геркулесовый	180/200	84,4/93,8
Котлета из горбуши, соус	60/20/70/30	116,6/142,3
Гречка отварная	120/150	187,0/233,7
Кисель из смородины	150/180	37,8/45,4
Хлеб	40/60	94,0/141,0
Полдник		
Суп молочный с лапшой	150/200	107,0/142,7
Хлеб	30/40	70,5/94,0
Чай черный с сахаром	150/200	20,1/26,8

м/с Тетеревкова В.А.