



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



Меню 20.10.2025.

Завтрак	Выход порций	Калорийность
Каша ячневая	150/200	303,7/405,0
Бутерброд со сгущённым молоком	30/10	126,0
Какао с молоком	150/200	75,3/100,4
II завтрак		
Фрукты	100	52,0
Обед		
Салат из морской капусты с яйцом	40/60	29,7/44,6
Борщ со сметаной	180/200	99,2/110,3
Гуляш из говядины, соус	60/20/70/30	185,5/231,9
Макароны отварные	120/150	157,4/196,8
Компот из смородины	150/180	25,4/31,8
Хлеб	50/70	117,5/164,5
Полдник		
Оладьи со сгущённым молоком	70/10	237,0
Чай черный с сахаром	150/200	20,1/26,8

м/с Тетеревкова В.А.