Утверждаю.



**МЕНЮ на 15 октября 2024 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **ЗАВТРАК (сад/ясли)** | **Выход блюда в граммах** | **Калорийность** |
| Сад(Дети 3-7 л.) | Ясли(Дети 1–3 л.) | Сад(Дети 3-7 л.) | Ясли(Дети 1–3 л.) |
| 1 | Каша геркулесовая на молоке сладкая с маслом |  180 |  150 |  205,5 |  **171,3** |
| 2 | Какао с молоком | 180 | 150 |  71,1 |  59,2 |
| 3 | Бутерброд с маслом½ яйца  | 33/6 20 | 22/520 |  191,1  31,5  |  132,3 31,5 |
|  | **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** |  |
|  | Напиток из свежих яблок | 180 | 150 | 96 | 72 |
|  |  **ОБЕД** |  |
| 1 | Салат из квашеной капусты с луком с растительным маслом |  60 |  50 |  65,4 |  54,5  |
| 2 | Суп картофельный с клецками с мясом говядины  |  250 |  200 |  63,2 |  50,6 |
| 3 | Картофельное пюре  |  120 |  110 |  110,4 |  101,9 |
| 4 | Печень говяжья по-строгановски  |  80 |  70 |  154,9 |  135,5 |
| 5 |  |   |   |   |   |
|  6 | Компот из сухофруктов  |  180 | 150 |  99 | 82.5 |
|  7 |  Хлеб ржаной  | 42,5 | 36 | 76,9 | 65,1 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |
| 1 | Напиток из свежезамороженных ягод | 180 |  150  |  72,9  |  60,7 |
| 2 | Кондитерское изделие  |  20  |  10  |  83 |  41,5 |
|  |  **Ужин**  |  |
| 1 | Тефтели из говядины «Ежики»  |  150 |  140  |  181,5 |  169,4 |
|  2  | Свекла тушеная в сметане  |  60 |  50 |  62,7 |  52,2  |
| 3 | Чай сладкий | 180 | 150 |  13.5 |  11.3 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 33 | 22 |  77.5 | 51.7 |
|  | Фрукты  |  100 |  85 |   |   |
|  | **ИТОГО:** |  |  |  1583,2 |  1343,2 |