Утверждаю.



**МЕНЮ на 22 апреля 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 гречневая на молоке сладкая с маслом | 180 |  150 |  254,7 | 212,2 |
| 2 | Кофейный напиток с молоком  | 180 | 150 |  71.1 | 59,2 |
| 3 | Бутерброд с маслом с сыром  |  33/5/8  | 22/4/5 |  152,7 | 102,9  |
|  | **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** |  |
|  | Напиток из свежих яблок | 200 | 150 | 96 | 72 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  **ОБЕД** |  |
| 1 | Суп картофельный с клецками мясо гов.б/к |  250 |  200 |  63,2 |  50,6 |
| 2 | Тефтели из гов.б/к с рисом, «Ежики»  |  140 |  130 |  309,4 |  287,3 |
| 3 | Соус томатный  |  30 |  20 |  19,68 | 13,1 |
| 4 | Свекла тушеная в сметане с раст.масл. |  60 |  50 |  62,7 |  52,2  |
|  5 | Компот из сухофруктов |  180 |  150 |  99 |  82,5 |
|  6 |  Хлеб ржаной  | 42,5 | 36 |  76,9 |  65,1 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |
| 1 | Напиток из св.замороженных ягод | 150 | 140 |  75 | 70 |
| 2 | Кондитерское изделие, фрукты | 20 | 10 |  83  | 41,5 |
|  |  **Ужин**  |  |
| 1 | Салат рыбный с раст.маслом |  180 |  150 |  161,1 | 134,2 |
| 2 | ½ яйца  |  20  |  20 |  31,5 | 31,5 |
| 3 | Чай с сахаром |  180 | 150 |  13,5 | 11,2 |
| 4 |  Хлеб пшеничный  | 33 | 22 | 77,5 | 51,7 |
|  | **ИТОГО:** |  |  | 1646,98 | 1337,2 |