Утверждаю.



**МЕНЮ на 11 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 «Дружба» рис-пшено на молоке сладкая с маслом | 180 | 150 | 230,6 | **192,1** |
| 2 | Какао с молоком | 180 | 150 | 71,1 | 59,2 |
| 3 | Бутерброд с маслом | 33/6 | 22/5 | 191,1 | 132,3 |
|  | **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** |  | | | |
|  | Напиток из свежих яблок | 180 | 150 | 96 | 72 |
|  | **ОБЕД** |  | | | |
| 1 | Зеленый горошек | 16 | 15 | 5,6 | 5,2 |
| 2 | Суп картофельный с вермишелью с мясом говядины б/к | 250 | 200 | 109,5 | 87,6 |
| 3 | Капуста тушеная | 180 | 160 | 113,4 | 100,8 |
| 4 | Котлета куриная | 65 | 60 | 120,1 | 110,8 |
| 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 |  |  | 83 | 41,5 |
|  | **Ужин** |  | | | |
| 1 | Винегрет овощной с растительным маслом | 180 | 160 | 234 | 208 |
| 2 | ½ яйца | 20 | 20 | 31,5 | 31,5 |
| 3 | Чай сладкий | 180 | 150 | 13.5 | 11.3 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 33 | 22 | 77.5 | 51.7 |
|  |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО:** |  |  | 1625,7 | 1307,1 |