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 |