Утверждаю.



**МЕНЮ на 17 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 | Омлет  |  100 |  90 |  163 |  **130,6** |
| 2 | Какао с молоком | 180 | 150 |  71,1 |  59,2 |
| 3 | Бутерброд с маслом с сыром | 33/6/9  | 22/5/6 |  159,3 |  109,5  |
|  | **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** |  |
|  | Напиток из свежих яблок | 180 | 150 | 96 | 72 |
|  |  **ОБЕД** |  |
| 1 | Салат из моркови с зеленым горошком с растительным маслом  |  60 |  50 |  73,2 |  61 |
| 2 | Суп картофельный с вермишелью с мясом куры  |  250 |  200 |  109,5  |  87,6 |
| 3 | Греча отварная с маслом  |  100 |  85 |  168,7 |  143,3 |
| 4 | Гуляш из говядины  |  80 |  70 |  197,9 |  173,2 |
| 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 | Шанежка с яблоками  |  60 |  50 |  220,8 |  184 |
|  |  **Ужин**  |  |
| 1 | Картофельное пюре  |  120  |  110  |  110,4 |  101,9 |
|  2  | Суфле из говяжьей печени  |  75 |  65 |  200,2 |  173,5 |
| 3 | Чай сладкий | 180 | 150 |  13.5 |  11.3 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 33 | 22 |  77.5 | 51.7 |
|  |  |   |   |   |   |
|  | **ИТОГО:** |  |  |  1909,9 |  1567,1 |