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 |