

**Меню** 25 ноября 2022г. **Ясли**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Бутерброд с маслом и сыром	35/6/7	146.80
Каша пшеничная молочная жидк	150	153.07
Какао с молоком	150	69.02
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок До 3-Х Лет	100	52.80
<b>ОБЕД</b>		
Салат из свеклы с чесноком и раст маслом	45	96.30
Каша гречневая рассыпчатая	70	118.62
Хлеб ржаной	40	75.52
Суп из овощей со сметаной, с мясом	124/5	69.09
Компот из плодов консервированных	150	59.84
Гуляш	100/20	291.98
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кисломолочный напиток	180	
Печенье, пряник	20	86.76
<b>УЖИН</b>		
Фрукты свежие	100	34.68
Хлеб пшеничный	25	58.60
Пудинг творожный	130/15	272.64
Чай с сахаром	180	16.03

Итого калорийность: 1601.75 Ккал.

**Меню** 25 ноября 2022г. **Д/с**

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
<b>ЗАВТРАК</b>		
Бутерброд с маслом и сыром	50/6/10	189.37
Каша пшеничная молочная жидк	200	200.38
Какао с молоком	180	87.58
<b>10 ЧАСОВ</b>		
Соки	100	52.15
<b>ОБЕД</b>		
Салат из свеклы с чесноком и раст маслом	60	86.82
Каша гречневая рассыпчатая	120	195.87
Хлеб ржаной	50	94.17
Суп из овощей со сметаной, с мясом	206/8	81.91
Компот из плодов консервированных	180	66.50
Гуляш	120/23	213.88
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кисломолочный напиток	200	
Печенье, пряник	34.82	129.62
<b>УЖИН</b>		
Фрукты свежие	100	34.68
Хлеб пшеничный	30	70.91
Пудинг творожный	170/20	310.91
Чай с сахаром	200	24.02

Итого калорийность: 1838.77 Ккал.