

# МЕНЮ

Утверждаю

Зав. Волкова О.А.

**На 20 декабря 2024 г.**

	ВЫХОД ГОТОВЫХ БЛЮД (Г)			
	ясли		сад	
<b><u>ЗАВТРАК:</u></b>		Ккал	Выход	Ккал
Омлет с м/с	130/30	313,1	150/31	333,1
Икра кабачковая				
Хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыром	30/5	133,4	40/8	145,8
Какао с молоком и сахаром	180	217,5	200	232,1
<b>Всего за завтрак:</b>		623,8		711
<b><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u></b>	100/		100/	
сок, вафля				
<b><u>ОБЕД:</u></b>				
Лапша куриная с картофелем	180	224,2	200	248,3
Картошка по-домашнему с мясом	150	174,2	160	184,2
Хлеб ржаной	35	57,8	40	73,6
Морс	180	108,7	200	115,6
<b>Всего за обед:</b>		534,9		611,7
<b><u>ПОЛДНИК:</u></b>				
Печенье, мармелад				
Чай с сахаром	180	123	200	157
<b>Всего в полдник:</b>		123		157
<b><u>УЖИН:</u></b>				
Винегрет с м/р	150	210,3	150	210,3
Хлеб пшеничный	30	67,2	40	74,3
Чай сладкий	180	98,6	200	102,7
<b>Всего за ужин:</b>		361,5		370,1
<b>Всего за день:</b>		1643,2		1849,8