

Согласованно:  
Заведующий МДОАУ \_\_\_\_\_



**Меню (ясли) на 20.11.2024**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	20	1,48	0,58	10,28	52,40
Сыр (порциями)	10	2,61	2,66	0,35	35,75
Каша овсяная молочная	140	6,19	4,20	27,36	172,09
Чай с сахаром	180	0,18	0,05	9,00	37,00
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>10,46</b>	<b>7,49</b>	<b>46,99</b>	<b>297,24</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,60	0,60	14,70	70,50
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,70</b>	<b>70,50</b>
<b>Обед</b>					
Салат картофельный с кукурузой и морковью	30	0,93	2,07	6,57	48,60
Борщ с капустой и картофелем	150	1,24	2,44	8,02	59,02
Котлеты рубленые	50	7,28	9,24	4,73	131,17
Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,78	3,86	30,47	175,72
Кисель из концентрата плодово или ягодный	150	0,20	0,00	21,56	86,32
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24
<b>Итого за Обед</b>	<b>520</b>	<b>16,41</b>	<b>17,97</b>	<b>81,37</b>	<b>552,07</b>
<b>Полдник</b>					
Чай с молоком	180	1,35	1,17	15,66	78,30
Печенье	30	1,05	2,94	18,12	125,10
<b>Итого за Полдник</b>	<b>210</b>	<b>2,40</b>	<b>4,11</b>	<b>33,78</b>	<b>203,40</b>
<b>Ужин</b>					
Омлет с картофелем	170	10,61	14,09	17,81	240,65
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	1,86	0,73	12,85	65,50
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>12,67</b>	<b>14,87</b>	<b>40,71</b>	<b>347,61</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 630</b>	<b>42,54</b>	<b>45,04</b>	<b>217,55</b>	<b>1 470,82</b>