

## МЕНЮ

12 20 24 г.

| №              | Завтрак  | Диета  | ясли   | Ккал            | сод     | Ккал            |
|----------------|--|--|--------|-----------------|---------|-----------------|
| 1.             | Каши Ячневая жидкая на молоке  | Каши Ячневая жидкая без молока                                   | 150/3  | 140,07          | 200/4   | 181,36          |
| 2.             | Кофейный напиток на молоке   | Чай с сахаром  | 150    | 78,742          | 200     | 104,54          |
| 3.             | Батон с маслом   |  | 30/3,5 | 102,335         | 40/5    | 138,65          |
| 10.00          | Фрукт (Банан, Яблоко)  |  | 100    | 47              | 100     | 47              |
| <b>Обед</b>    |  | <b>Диета</b>   |        |                 |         |                 |
| 1.             | Винегрет   |  | 40     | 51,07           | 60      | 76,22           |
| 2.             | Суп картофельный с рисовой крупой на мясокостном бульоне со сметаной | Суп картофельный с рисовой крупой на курином бульоне без сметаны | 150/6  | 92,622          | 200/7,5 | 121,193         |
| 3.             | Тефтели из говядины  | Мясо отварное куриное  | 60     | 186,18          | 70      | 217,83          |
| 4.             | Картофельное пюре  | Картофельное пюре без молока                                     | 120    | 114,017         | 130     | 123,32          |
| 5.             | Соус томатный  | Соус томатный  | 25     | 15,646          | 30      | 19,231          |
| 6.             | Компот из сухофруктов  |  | 150    | 64,5            | 200     | 81,38           |
| 7.             | Хлеб ржаной  |  | 20     | 33              | 30      | 49,5            |
| 8.             | Хлеб пшеничный   |  | 20     | 48,4            | 20      | 48,4            |
| <b>Полдник</b> |  | <b>Диета</b>   |        |                 |         |                 |
| 1.             | Пирожок с изюмом   |  | 50     | 142,297         | 60      | 163,878         |
| 2.             | Ряженка  | Чай с сахаром  | 150    | 81              | 180     | 97,2            |
| <b>Ужин</b>    |  | <b>Диета</b>   |        |                 |         |                 |
| 1.             | Макароны с сыром   | Макароны отварные  | 130    | 93              | 150     | 107,935         |
| 2.             | Чай с сахаром  |  | 150    | 29,85           | 200     | 39,8            |
| 3.             | Хлеб ржаной  |  | 10     | 16,5            | 20      | 33              |
| 4.             | Хлеб пшеничный   |  |        | 48,4            | 20      | 48,4            |
|                | <b>ИТОГО:</b>  |  |        | <b>1384,629</b> |         | <b>1698,837</b> |

Заведующий МАДОУ № 38



Шкуратова С.В.