



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Детский сад
общеразвивающего вида № 11»

О.С. Арустамова

МЕНЮ

10.10.23

1 неделя

вторник

Завтрак	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Каша манная молочная жидкая	150	180	157,8	171,54
Чай с сахаром	160	180	20,5	29,445
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	29,35	109,32
Сыр в порционной нарезке	8	13	36,4	51,065
Второй завтрак	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
1. Фрукты свежие	85	90	44,0	47,0
Обед	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Свекольник	180	200	81,0	97,18
Жаркое по-домашнему	150	180	252,31	297,02
Зеленый горошек консервированный	65	105	12,48	20,67
Хлеб пшеничный	20	30	47,0	70,5
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	62,64	78,3
Компот из сухофруктов	160	180	56,88	60,5
Полдник	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Сырники из творога	80	100	234,04	313,75
Соус сметанный	30	40	33,78	40,536
Йогурт	145	195	96,56	102,8