

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Детский сад
общеразвивающего вида № 11»

Арустамова О.С. Арустамова

МЕНЮ

14.11.23

2 неделя вторник

<u>Завтрак</u>	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Каша пшенная молочная жидкая	150	180	193,2	240,56
Хлеб пшеничный с маслом	20,5	30,6	29,35	109,32
сыр в порционной нарезке	8	13	36,4	51,065
Чай с сахаром	160	180	205	29,745
<u>Второй завтрак</u>	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
1. Фрукты свежие	85	90	44,0	47,0
<u>Обед</u>	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Свекольник	180	200	81,0	97,18
Котлеты из говядины	60	75	116,47	149,27
Капуста тушеная	120	150	85,52	106,9
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
<u>Полдник</u>	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Пудинг из творога с рисом	90	130	196,75	256,42
Соус сметанный	30	40	33,78	45,36
Йогурт	150	175	96,56	102,8