

утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Детский сад
общеразвивающего вида № 11»

Арустамова - О.С. Арустамова

МЕНЮ

19 10 23

2 неделя

четверг

<u>Завтрак</u>	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Каша овсяная «Геркулес» молочная жидкая	150	180	172,41	206,48
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	79,35	109,32
Кофейный напиток с молоком	160	180	121,0	139,14
<u>Второй завтрак</u>	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
1. Фрукты свежие	85	90	44	47
Обед	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Суп картофельный с бобовыми	180	200	107,54	128,0
Гуляш из говядины	90	100	196,63	226,25
Макаронные изделия	110	130	146,0	173,75
Свежие огурцы	—	—	—	—
Хлеб пшеничный	20	30	47,0	70,5
Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	36	45	62,64	78,3
Кисель из сухофруктов	160	180	88,8	106,56
Полдник	Выход		Калории	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Запеканка из творога	80	110	209,71	274,11
Соус молочный	30	40	40,1	53,46
Кефир	145	195	76,85	102,82