

Утверждено  
Заведующий МБДОУ «Детский сад  
общеразвивающего вида № 11»

О.С. Арустамова

# МЕНЮ

2 неделя

четверг

50924

| Завтрак                                    | Выход |      | Калории |        |
|--------------------------------------------|-------|------|---------|--------|
|                                            | Ясли  | Сад  | Ясли    | Сад    |
| Каша овсяная «Геркулес»<br>молочная жидкая | 150   | 180  | 172,41  | 206,48 |
| Хлеб пшеничный с маслом                    | 20/5  | 30/6 | 79,35   | 109,52 |
| Кофейный напиток с молоком                 | 160   | 180  | 121,0   | 139,17 |
| Второй завтрак                             | Выход |      | Калории |        |
|                                            | Ясли  | Сад  | Ясли    | Сад    |
| 1. Фрукты свежие                           | 85    | 90   | 44      | 47,94  |
| 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 |
| Хлеб пшеничный                             | 20    | 30   | 47,9    | 70,5   |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)              | 36    | 45   | 62,65   | 78,5   |
| Кисель из сухофруктов                      | 160   | 180  | 88,8    | 106,56 |
| Свежие огурцы                              | 52    | 56   | 21,8    | 25,8   |
| Полдник                                    | Выход |      | Калории |        |
|                                            | Ясли  | Сад  | Ясли    | Сад    |
| Запеканка из творога                       | 80    | 110  | 209,71  | 294,11 |
| Соус молочный                              | 30    | 40   | 40,1    | 53,46  |
| Кефир                                      | 145   | 195  | 76,85   | 102,82 |