

## Меню на 16 октября 2024г.

	ясли		дошкольники	
	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал
<b>Завтрак 8-00</b>				
Батон с маслом сливочным	35	103	35	103
Каша манная молочная	130	230	150	230
Чай с сахаром	180	38,5	180	38,5
<b>итого за завтрак</b>	<b>345</b>	<b>371,5</b>	<b>365</b>	<b>371,5</b>
<b>Второй завтрак 10-00</b>				
Сок	100	85,8	100	85,8
<b>Обед 12-00</b>				
Салат из капусты с морковью	30	51,3	50	51,3
Борщ со сметаной 150/5	155	103,6	205	103,6
Каша "царская" с курой	150	133	180	133
Компот из кураги	150	90,9	180	90,9
Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной/30/20	50	125	50	125
<b>итого за обед</b>	<b>535</b>	<b>503,8</b>	<b>665</b>	<b>503,8</b>
<b>Полдник 15-00</b>				
Макароны запеченые с яйцом	100	289	100	289
Молоко кипячёное	150	128	180	128
Хлеб ржаной	10	19	10	19
<b>итого за полдник</b>	<b>260</b>	<b>436</b>	<b>290</b>	<b>436</b>