

**Меню на 29 октября 2024г.**

	<i>ясли</i>		<i>дошкольники</i>	
	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал
<b>Завтрак 8-00</b>				
Каша ячневая на молоке	130	156,6	150	181
Напиток кофейный на молоке	180	33	180	33
Батон с маслом сливочным	35	103	35	103
Яйцо отварное	25	156,6	25	156,6
<b>итого за завтрак</b>	<b>370</b>	<b>449,2</b>	<b>390</b>	<b>473,6</b>
<b>Второй завтрак 10-00</b>				
Сок	100	96	100	96
<b>Обед 12-00</b>				
Салат из отварной свёклы	30	51,3	50	51,3
Суп-лапша	150	98,4	200	98,4
Тефтели рыбные в соусе	70	164	90	164
Пюре картофельное	110	136	130	136
Кисель концентрат	150	72,1	180	72,1
Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной/30/20	50	125	50	125
<b>итого за обед</b>	<b>560</b>	<b>646,8</b>	<b>700</b>	<b>646,8</b>
<b>Полдник 15-00</b>				
Капуста тушеная с яйцом	100	231,8	100	231,8
Печенье сахарное	30	217	50	217
Чай с лимоном	150	36	180	36
Хлеб ржаной	10	19	10	19
<b>итого за полдник</b>	<b>290</b>	<b>503,8</b>	<b>340</b>	<b>503,8</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1320</b>	<b>1695,8</b>	<b>1530</b>	<b>1720,2</b>