

## Меню на 18 ноября 2024г.

	ясли		дошкольники	
	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал
<i>Завтрак 8-00</i>				
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	130	181	150	181
Напиток кофейный на молоке	180	99	180	99
Батон с маслом сливочным	35	103	35	103
<b>итого за завтрак</b>	<b>345</b>	<b>383</b>	<b>365</b>	<b>383</b>
<i>Второй завтрак 10-00</i>				
Йогурт	100	85,8	100	85,8
<i>Обед 12-00</i>				
Салат из отварного картофеля с морковью	30	93,9	50	93,9
Суп картофельный с горохом и гречками	155	171	210	171
Ёжики из говядины в соусе	100	148	100	148
Макаронные изделия	110	216,7	130	216,7
Компот из сухофруктов	150	44,9	180	44,9
Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной 30/20	50	125	50	125
<b>итого за обед</b>	<b>595</b>	<b>799,5</b>	<b>720</b>	<b>799,5</b>
<i>Полдник 15-00</i>				
Ватрушка со сметаной	60	180	60	180
Омлет натуральный	100	189	100	189
Чай с сахаром	150	94,2	180	94,2
Хлеб ржаной	10	19	10	19
<b>итого за полдник</b>	<b>320</b>	<b>482,2</b>	<b>350</b>	<b>482,2</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1360</b>	<b>1750,5</b>	<b>1535</b>	<b>1750,5</b>