

## Меню приготавливаемых блюд на 13.01.26

Возрастная категория: 1-3лет / 3-7лет

| Наименование блюда         | ясли   |                                  | сад    |                                  |
|----------------------------|--------|----------------------------------|--------|----------------------------------|
|                            | Выход  | Энергетическая<br>ценность(ккал) | Выход  | Энергетическая<br>ценность(ккал) |
| <b>завтрак</b>             |        |                                  |        |                                  |
| Каша рисовая молочная      | 150    | 177,1                            | 200    | 230,7                            |
| Чай с молоком              | 150    | 98,02                            | 200    | 130,7                            |
| Хлеб пшеничный             | 30     | 72,6                             | 35     | 84,7                             |
| <b>итого</b>               |        | 347,72                           |        | 446,1                            |
|                            |        |                                  |        |                                  |
| <b>2-ой завтрак</b>        |        |                                  |        |                                  |
|                            |        |                                  |        |                                  |
| <b>обед</b>                |        |                                  |        |                                  |
| Суп рыбный                 | 150    | 100,35                           | 200    | 133,8                            |
| Тефтели мясные в соусе     | 60     | 105,6                            | 70     | 126,74                           |
| Свекла тушёная             | 150    | 144,94                           | 200    | 193,25                           |
| Хлеб ржаной                | 35     | 87,5                             | 45     | 112,5                            |
| Компот из с/фр.            | 150    | 84,75                            | 200    | 113,0                            |
|                            |        |                                  |        |                                  |
| <b>итого</b>               |        | 523,14                           |        | 679,29                           |
|                            |        |                                  |        |                                  |
| <b>Уплотненный полдник</b> |        |                                  |        |                                  |
| Сырники со сгущ.молоком    | 100/40 | 332,2                            | 120/40 | 498,0                            |
| Хлеб пшеничный             | 30     | 72,6                             | 35     | 84,7                             |
| Чай с сахаром              | 150    | 70,6                             | 200    | 94,8                             |
| <b>итого</b>               |        | 475,4                            |        | 677,5                            |
| <b>Итого за день:</b>      |        | 1346,26                          |        | 1802,89                          |
|                            |        |                                  |        |                                  |

Заведующий МБДОУ      Андрианова С.Е.  
Медицинский работник      Мишина Н.В.