

заведующая



Утверждаю:  
Н.М.Беликова

на 11.01.2024г  
(2 неделя)

**ЗАВТРАК**                      **ясли**                      **сад**

	грамм	ккал	грамм	ккал
Каша овсяная «Геркулес» мол. жидкая	<b>150</b>	172,41	<b>180</b>	206,48
Хлеб пшенич. с маслом	<b>20/5</b>	79,35	<b>30/6</b>	109,32
Кофейный напиток с молоком	<b>160</b>	121	<b>180</b>	139,14

**2-ой ЗАВТРАК**

Фрукты свежие	<b>85</b>	44	<b>90</b>	47
---------------	-----------	----	-----------	----

**ОБЕД**

Суп картофельный с бобовыми	<b>180</b>	107,54	<b>200</b>	128
Гуляш из говядины	<b>90</b>	196,63	<b>100</b>	226,5
Макаронные изделия	<b>110</b>	146	<b>130</b>	173,75
Хлеб пшеничный	<b>20</b>	47	<b>30</b>	70,5
Хлеб пшен.-ржаной	<b>36</b>	62,64	<b>45</b>	78,3
Кисель из сухофруктов	<b>160</b>	88,8	<b>180</b>	106,56

**ПОЛДНИК**

Запеканка из творога	<b>80</b>	209,71	<b>110</b>	294,110
Соус молочный	<b>30</b>	40,1	<b>40</b>	53,46
Кефир	<b>145</b>	76,85	<b>195</b>	102,82
<b>ИТОГО</b>		<b>1392,03ккал</b>		<b>1735,94</b>