

заведующая



Утверждаю:  
Н.М.Беликова

на 08.02.2024г  
(2 неделя)

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

|  | грамм       | ккал   | грамм       | ккал   |
|--|-------------|--------|-------------|--------|
| Каша овсяная<br>«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<br>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<br>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> |