



заведующая

Утверждаю:  
Н.М.Беликова

на 13.02.2024г  
(1 неделя)

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

	грамм	ккал	грамм	ккал
Каша манная молочная жидкая	<b>150</b>	157,8	<b>180</b>	171,54
Чай с сахаром	<b>160</b>	20,5	<b>180</b>	29,745
Хлеб пшеничный с маслом	<b>20/5</b>	79,35	<b>30/6</b>	109,32
Сыр в порцион.нарезке	<b>8</b>	36,4	<b>13</b>	54,6

**2-ой ЗАВТРАК**

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

**ОБЕД**

Свекольник	<b>180</b>	81	<b>200</b>	97,18
Жаркое по-домашнему	<b>150</b>	252,31	<b>180</b>	297
Зеленый горошек консер	<b>65</b>	12,48	<b>105</b>	20,67
Хлеб пшеничный	<b>20</b>	47	<b>30</b>	70,5
Хлеб пшен.-ржаной	<b>36</b>	62,64	<b>45</b>	78,3
Компот из сухофруктов	<b>160</b>	60,5	<b>180</b>	56,88

**ПОЛДНИК**

Сырники из творога	<b>80</b>	234,04	<b>100</b>	313,75
Соус сметанный	<b>30</b>	33,78	<b>40</b>	40,536
Йогурт	<b>145</b>	96,56	<b>195</b>	102,8
<b>ИТОГО</b>		<b>1218,36ккал</b>		<b>1489,821 ккал</b>