

# Меню

## 21 Января

Наименование блюда	Выход блюда Ясли	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда Сад	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда Сад с 7лет	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак</b>						
Каша жидкая молочная геркулесовая с маслом сливочным	153	163,52	184	175,20	250	138,46
Бутерброд с колбасой	50	118,02	50	118,02	80	188,00
Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	99,15	180	118,98	180	118,98
<b>Второй завтрак</b>						
Напиток из сухофруктов	150	75,87	180	91,04	180	91,04
Фрукты свежие	100	67,20	100	67,20	100	67,20
<b>Обед</b>						
Овощная икра	30	44,40	50	88,80	50	88,80
Суп картофельный с бобовыми и мясом	155	15,24	205	167,01	205	167,01
Биточки паровые из мяса	50	133,28	70	244,34	70	244,34
Соус сметанный с луком	15	13,12	30	26,25	30	26,25
Рис припущенный	110	174,60	150	238,09	150	238,09
Компот из свежемороженой ягод	150	69,75	180	83,70	180	83,70
Хлеб пшеничный	30	70,50	30	70,50	30	70,50
Хлеб ржаной	20	44,40	20	44,40	20	44,40
<b>Уплотненный полдник</b>						
Омлет натуральный с маслом	63	90,20	85	120,30	100	141,53
Горошек зеленый отварной	30	31,20	30	31,20	30	31,20
Чай с сахаром	150	31,93	180	38,32	180	38,32
Хлеб пшеничный	30	70,50	30	70,50	80	188,00
Итого:		1312,88		1793,85		1965,82
<b>Диета</b>						
Каша геркулесовая на воде	200	186,23	200	186,23	200	186,23
Каша без молока гречневая	200	131,23	200	131,23	200	131,23

Заведующий МАДОУ "Детский сад № 48"



Т.В. Мамонова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 77149040033756655705267332764720921695141568807

Владелец Мамонова Татьяна Викторовна

Действителен с 12.03.2024 по 12.03.2025