

# Меню

## 26 февраля

| Наименование блюда                                    | Выход<br>блюда<br>Ясли | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Выход<br>блюда<br>Сад | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Выход<br>блюда<br>Сад с<br>7лет | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|---|------------------------|--------------------------------------|-----------------------|--------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>  |                        |                                      |                       |                                      |                                 |                                      |
| Каша рисовая молочная с маслом сливочным              | 164                    | 173,49                               | 205                   | 216,86                               | 250                             | 264,46                               |
| Чай с молоком цельным                                 | 150                    | 74,25                                | 180                   | 89,10                                | 180                             | 89,10                                |
| Бутерброд с повидлом                                  | 40                     | 117,56                               | 40                    | 117,56                               | 80                              | 229,14                               |
| <b>Второй завтрак</b>                                 |                        |                                      |                       |                                      |                                 |                                      |
| Напиток из сухофруктов                                | 150                    | 79,26                                | 180                   | 95,11                                | 180                             | 95,11                                |
| Пюре фруктовое  | 62,50                  | 30,00                                |                       |                                      |                                 |                                      |
| Фрукты свежие   |                        |                                      | 80                    | 33,09                                | 80                              | 33,09                                |
| <b>Обед</b>   |                        |                                      |                       |                                      |                                 |                                      |
| Овощная икра  | 30                     | 44,40                                | 50                    | 88,80                                | 50                              | 88,80                                |
| Суп картофельный с бобовыми и мясом                   | 155                    | 125,26                               | 205                   | 167,01                               | 205                             | 167,01                               |
| Голубцы ленивые                                       | 50                     | 85,81                                | 70                    | 120,13                               | 70                              | 120,13                               |
| Соус сметанный с луком                                | 15                     | 13,12                                | 15                    | 13,12                                | 15                              | 13,12                                |
| Гречка рассыпчатая                                    | 120                    | 187,04                               | 150                   | 41,74                                | 150                             | 41,74                                |
| Компот из сухофруктов                                 | 150                    | 112,26                               | 180                   | 134,71                               | 180                             | 134,71                               |
| Хлеб пшеничный  | 30                     | 70,50                                | 30                    | 70,50                                | 30                              | 70,50                                |
| Хлеб ржаной   | 20                     | 44,40                                | 20                    | 44,40                                | 20                              | 44,40                                |
| <b>Витаминизация</b>                                  |                        |                                      |                       |                                      |                                 |                                      |
| Напиток витаминизированный                            |                        |                                      | 50                    | 20,00                                | 50                              | 20,00                                |
| <b>Уплотненный полдник</b>                            |                        |                                      |                       |                                      |                                 |                                      |
| Омлет натуральный с маслом                            | 63                     | 90,20                                | 85                    | 120,30                               | 100                             | 141,53                               |
| Кукуруза отварная (консервированная)                  | 20                     | 12,00                                | 30                    | 18,00                                | 30                              | 18,00                                |
| Компот из свежих фруктов<br>(Апельсин/Мандарин/Лимон) | 150                    | 105,90                               | 180                   | 127,08                               | 180                             | 127,08                               |
| Хлеб пшеничный  | 30                     | 70,50                                | 30                    | 70,50                                | 80                              | 141,00                               |
|   | Итого:                 | 1435,95                              |                       | 1588,01                              |                                 | 1838,92                              |
| <b>Диета</b>  |                        |                                      |                       |                                      |                                 |                                      |
| Каша рисовая на воде                                  | 200                    | 120,2                                | 200                   | 120,20                               | 200                             | 120,2                                |
| Чай с сахаром   | 180                    | 52,2                                 | 180                   | 52,20                                | 180                             | 52,2                                 |
| Каша гречневая  | 200                    | 131,23                               | 200                   | 131,23                               | 200                             | 131,23                               |

Заведующий МАДОУ "Детский сад № 48"



Т.В. Мамонова