



**МЕНЮ**  
 30.07.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сал в гр.	Ясли в гр.	Сал в гр.
Завтрак	Яйцо отварное	40	40	57	57
	Каша пшеничная молочная жидкая	160	180	155,8	199,4
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Чай с сахаром	150	180	46,8	52
	Итого за завтрак	355	405	357	425,8
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150	200	59,27	79
	Биточки из говядины	60	80	161,64	215,52
	Картофель отварной	70	90	85,1	109,4
	Огурцы свежие	30	50	4,5	7,5
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб ржаной	40	50	84	104
	Итого за обед	460	600	479,51	617
Полдник	Сырники из творога с морковью со сметаной	107/13	141/13	235,16	309,88
	Какао с молоком	180	200	124	138,5
	Хлеб пшеничный	19	24	38	48
	Фрукты	100	100	37	37
	Итого за полдник	400	454	451,64	533,88
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Кондитерские изделия	20	40	87	174
	Фрукты	30	30	11	11
	Итого за ужин	200	250	173	275
	Всего за день			1507,15	1898