|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  ***Наименование блюд*** | ***Выход блюда*** | ***Калорийность блюд*** |
| ясли | детский сад | ясли | детский сад |
| ***завтрак*** | гр. | гр. | Ккал. | ккал. |
| Каша геркулесовая молочная | 150 | 200 | 226 | 236 |
| Кофейный напиток | 150 | 180 | 59.3 | 71.1 |
| Бутерброд с маслом | 40 | 40 | 145.8 | 145.8 |
| **Всего за завтрак** | **340** | **420** | **431.1** | **452.9** |
| ***II завтрак*** |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 100 | 38 | 38 |
| **Всего за II завтрак** | **100** | **100** | **38** | **38** |
| ***обед*** |  |  |  |  |
| Салат из свежей капусты | 30 | 50 | 40.8 | 68 |
| Свекольник со сметаной | 150 | 250 | 58.25 | 98.94 |
| Каша перловая рассыпчатая | 100 | 150 | 106.65 | 152.35 |
| Гуляш куриный в соусе | 60 | 70 | 117 | 140.25 |
| Компот из с/ф | 150 | 200 | 72.57 | 96.76 |
| Хлеб пш/рж | 30/40 | 40/50 | 78.62/72.4 | 104.82/90.5 |
| **Всего за обед** | **560** | **810** | **546.29** | **751.62** |
| ***полдник*** |  |  |  |  |
| Ватрушка творожная | 60 | 80 | 173 | 230 |
| Чай | 150 | 200 | 39.8 | 53.06 |
| **Всего за полдник** | **210** | **280** | **212.8** | **283.06** |
| ***Итого за весь день*** | **1210** | **1610** | **1257.04** | **1540.81** |

***Ежедневное меню на 16.07.2025г***