



### МЕНЮ

На 30 ноября 2022 г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
<b>завтрак</b>								
Суп молочный с макаронами	100	1.54	2.96	11.53	120	1.65	3.2	12.49
Яйцо отварное	49				49			
Чай с сахаром и лимоном	180	0.06	0.009	13.7	200	0.07	0.01	15.31
Хлеб	30	2.43	0.3	14.64	40	3.2	0.4	19.52
<b>10.00</b>								
Сок	100	0.01	-----	0.09	100	0.01	-----	0.09
<b>Обед</b>								
Суп картофельный с пшенной крупой	150	1.17	6.08	7.13	200	1.95	10.13	11.88
Рагу из овощей и мяса	140	15.51	17.93	2.75	182	18.62	21.52	3.3
Соленые овощи	40	0.8	5.0	2.87	50	0.8	5.0	2.87
Компот из с/ф	180	0.14	-----	13.5	200	0.16	-----	14.99
Хлеб	30	3.2	0.4	19.52	50	4.05	0.5	24.4
<b>полдник</b>								
Молоко т/о	178	5.0	5.7	8.4	178	5.59	6.38	9.38
Булка «Каролинка»	58	1.9	4.7	19.3	58	2.1	5.3	25.6
Джем	20				20			
Фрукты	100	0.7	0.7	18.62	100	0.7	0.7	18.62
<b>ужин</b>								
Фрикадельки рыбные с молочным соусом	60	1.54	2.96	11.53	78	1.65	3.2	12.49
Свекольная икра	54	0.24	1.12	3.01	72	0.66	1.63	3.68
Каша вязкая	90	6.2	5.3	0.56	100	6.2	5.3	0.56
Кофейный напиток с молоком	150	5.0	5.7	8.4	199	5.59	6.38	9.38
Хлеб	39	2.43	0.3	14.64	39	3.2	0.4	19.52

Ответственный за составление меню \_\_\_\_\_

*Зражаева*

/ Зражаева Ю.С./