**Меню на 08.08.2022 г. Утверждаю**

**Яковлева Ф.Ф.**

**День 1**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Время приема** | **Понедельник** (6 день) | Выход блюда **ясли** | Выход блюда **сад** | Энергет. цнность **ясли** | Энергет. цнность **сад** |
| **завтрак** | 8.30 – 9.00 | Каша пшеничная молочная | 150 | 200 | 109.2 | 145.6 |
| Чай | 160 | 200 | 2.25 | 2.82 |
| Булка с маслом | 30/4 | 40/5 | 98 | 128.2 |
| **Итого за завтрак** | |  | 344 | 445 | 209.45 | 276.62 |
| **зав-трак 2** | 10.00 – 10.30 | сок яблочный | 100 | 100 | 48 | 48 |
| **Итого за 2 завтрак** | |  | 100 | 100 | 48 | 48 |
| **обед** | 11.00-13.00 | Суп фасолевый на курином бульоне | 160 | 200 | 94.45 | 118.06 |
| Плов из курицы | 180 | 230 | 389.7 | 497.75 |
| Салат из свежих огурцов | 40 | 60 | 22 | 33 |
|  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 49.62 | 66.16 |
| Компот из сушеных фруктов | 160 | 200 | 90.5 | 113 |
| **Итого за обед** | |  | 570 | 730 | 646.27 | 828.17 |
| **полдник** | 15.20 – 15.40 | Чай | 160 | 200 | 22.4 | 52.58 |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 130/20 | 150/20 | 321.10/65.6 | 370.2/65.6 |
|  |  |  |  |  |
| **Итого за полдник** | |  | 310 | 370 | 409.1 | 488.6 |