**Меню на 12.08.2022 г. Утверждаю**

**Яковлева Ф.Ф.**

**День**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 пшенная молочная | 150 | 200 | 109.2 | 145.6 |
| Чай | 160 | 200 | 22.75 | 28.44 |
| Булка с маслом | 30/4 | 40/5 | 98 | 128.2 |
| **Итого за завтрак** | |  | 344 | 445 | 229.95 | 302.24 |
| **зав-трак 2** | 10.00 – 10.30 | Яблоко | 95 | 100 | 41.8 | 44 |
| **Итого за 2 завтрак** | |  | 95 | 100 | 41.8 | 44 |
| **обед** | 11.00-13.00 | Суп свекольник на мясном бульоне | 160/10 | 200/10 | 77.28 | 96.6 |
| Капуста тушеная | 100 | 110 | 73.8 | 145.2 |
| Тефтели мясо-крупяные | 100 | 120 | 168.73 | 202.48 |
| Соус томатный с маслом сливочным | 20 | 20 | 17.8 | 17.8 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 102 | 136 |
| Компот из сушеных фруктов | 160 | 200 | 90.5 | 113 |
| **Итого за обед** | |  | 580 | 700 | 530.11 | 711.08 |
| **полдник** | 15.20 – 15.40 | Чай | 160 | 200 | 22.75 | 28.44 |
| Печенье сахарное «К кофе» | 20 | 30 | 94 | 141 |
| Банан | 90 | 100 | 85.5 | 95 |
| **Итого за полдник** | |  | 270 | 330 | 202.25 | 264.44 |