

**Меню \_\_3 ноября\_\_ 2023\_\_ года**

|            | Наименование блюда                   | Выход блюда |         |            |       |
|------------|--------------------------------------|-------------|---------|------------|-------|
|            |                                      | В граммах   |         | В калориях |       |
|            |                                      | ясли        | сад     | ясли       | сад   |
| Завтрак    | Каша кукурузная жидкая               | 130         | 150     | 140,7      | 164,0 |
|            | Бутерброд с маслом                   | 30          | 40      | 76,5       | 102,0 |
|            | Чай с лимоном                        | 180/5/7     | 180/5/7 | 22,7       | 23,2  |
|            |                                      |             |         |            |       |
| II завтрак | Фрукты                               | 100         | 100     | 38,0       | 38,0  |
|            |                                      |             |         |            |       |
| Обед       | Огурец соленый                       | 40          | 60      | 5,2        | 7,8   |
|            | Свекольник с мясом со сметаной       | 150         | 200     | 108,8      | 145,0 |
|            | Рыба, припущенная с маслом сливочным | 60          | -       | 73,6       | -     |
|            | Рыба, запеченная в омлете            | -           | 80      | -          | 109,9 |
|            | Картофель отварной с маслом          | 120         | 150     | 114,8      | 143,5 |
|            | Кисель ягодный                       | 180         | 200     | 61,2       | 76,8  |
|            | Хлеб ржаной                          | 20          | 30      | 33,8       | 50,6  |
|            | Хлеб пшеничный                       | 15          | 35      | 30,1       | 70,3  |
|            |                                      |             |         |            |       |
| Полдник    | Вареники ленивые с повидлом          | 110/25      | 120/30  | 169,2      | 210,0 |
|            | Молоко кипяченое                     | 150         | 200     | 82,5       | 110,0 |
|            |                                      |             |         |            |       |
| Ужин       | Салат из кукурузы консервированной   | 40          | 60      | 36,5       | 53,1  |
|            | Запеканка овощная с печенью          | 150         | 200     | 267,0      | 381,4 |
|            | Чай с сахаром                        | 180/5       | 180/5   | 20,4       | 20,4  |
|            | Хлеб ржаной                          | 25          | 20      | 42,2       | 33,8  |