

**Меню \_\_ 4 декабря \_\_ 2023 \_\_ года**

|            | Наименование блюда  | Выход блюда |         |            |       |
|------------|---|-------------|---------|------------|-------|
|            |   | В граммах   |         | В калориях |       |
|            |   | ясли        | сад     | ясли       | сад   |
| Завтрак    | Макароны отварные с сыром                                     | 130         | 150     | 145,0      | 185,0 |
|            | Бутерброд с маслом  | 40          | 50      | 100,4      | 125,5 |
|            | Чай с молоком   | 180         | 200     | 42,1       | 46,6  |
| II завтрак | Фрукты  | 100         | 100     | 44,3       | 44,3  |
|            | Рассольник ленинградский с мясом и сметаной                   | 180         | 200     | 139,1      | 154,5 |
|            | Капуста тушеная с мясом                                       | 130         | 170     | 213,0      | 265,0 |
|            | Компот из смеси сухофруктов                                   | 150         | 200     | 14,4       | 19,4  |
|            | Хлеб пшеничный  | 25          | 25      | 42,2       | 42,2  |
|            | Хлеб ржаной   | 20          | 30      | 33,8       | 50,6  |
|            |   |             |         |            |       |
|            |   |             |         |            |       |
| Полдник    | Печенье   | 25          | 50      | 71,8       | 143,5 |
|            | Кефир   | 180         | 200     | 95,4       | 106,0 |
| Ужин       | Гуляш говяжий   | 60          | 70      | 128,9      | 174,7 |
|            | Картофельные котлеты, запеченные под соусом сметанным с луком | 120         | 150     | 164,4      | 223,0 |
|            | Чай с лимоном   | 180/5/7     | 180/5/7 | 22,7       | 23,2  |
|            | Хлеб пшеничный  | 25          | 25      | 50,3       | 50,3  |
|            | Хлеб ржаной   | 20          | 20      | 33,8       | 33,8  |