Маракулина Дарья Александровна

Подписано цифровой подписью: Маракулина Дарья Александровна
Дата: 2026.11.23 16:15:04 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ:
И.о заведующего_____ Маракулина Д. А.

МЕНЮ **24 ноября 2026 года**					
Завтрак					
№	*Наименование блюда*	*ясли*		*д/сад*	
		Выход	*Калорийность*	*Выход*	*Калорийность*
1	*Бутерброд с джемом*	*20/5/25*	*160*	*20/5/25*	*160*
2	*Каша молочная «Дружба» жидкая с маслом*	*150/5*	*163*	*200/5*	*210*
3	*Какао с молоком*	*150*	*81*	*180*	*99*
4					
2 завтрак					
1	*Ряженка с сахарным сиропом*	*103/10*	*74*	*103/10*	*174*
Обед					
1	*Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной*	*150/5*	*70*	*200/5*	*90*
2	*Запеканка картофельная с печенью*	*130*	*159*	*160*	*206*
3	*Компот из сухофруктов*	*150*	*61*	*180*	*78*
4	*Хлеб ржаной*	*35*	*75*	*45*	*97*
5					
Полдник					
1	*Капуста тушеная с мясом*	*100*	*135*	*150*	*178*
2	*Чай с лимоном*	*150/3,5*	*33*	*180/7*	*45*
3	*Батон*	*25*	*70*	*25*	*70*

Рекомендации на ужин (дома):

Понедельник – блюда из рыбы (рыба отварная, биточки котлета и т.п)
Вторник – блюда из курицы (котлета, фрикадельки и т.п.)
Среда – блюда из мяса (суфле, запеканка с мясом и т.п.)
Четверг – блюда из овощей (овощное рагу, овощи тушеные и т.п)
Пятница – блюда из мяса (котлета, биточки, суфле и т.п.)