

Утверждаю

Заведующий

Макарова В. В.

**МЕНЮ на 13.01.2026 года**

	<i>Наименование блюд</i>	<i>Выход порции</i>		<i>Калорийность</i>	
		<i>ясли</i>	<i>сад</i>	<i>ясли</i>	<i>сад</i>
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная	150	200	144	192
	Какао с молоком	150	180	75	90
	Бутерброд с маслом	24.	35.	78	108
<b>Завтрак - 2</b>	Кефир	150.	180.	79,2	95,4
<b>Обед</b>	Огурец соленый порционно	30	45	6,2	9,3
	Щи из квашенной капусты	180	200	130,5	145
	Плов с мясом	150	180	254,68	305
	Компот из изюма	150	180	84,75	101,7
	Хлеб ржаной	30	45	64,2	96
<b>Уплотненный Полдник</b>	Омлет с маслом	130	160	192,6	237,8
	Батон нарезной	30	40	76	101
	Чай сладкий	150	180	37,8	45,36
	Пряник	25	25	91,5	91,5