|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Меню** |  |
| **30 июня 2021 г.** |  |
|

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | Ясли 12 часов | Сад 12 часов |
| Прием пищи | Наименование блюда | Вес | Калорийность | Вес | Калорийность |
| Завтрак | Вермишель молочная. | 150,0 | 230 | 180,0 | 276 |
| Чай с лимоном | 150,0 | 0 | 180,0 | 56 |
| Батон "Умница" | 30,0 | 69 | 37,3 | 85 |
| II Завтрак | Ряженка | 120,0 | 57 | 147,2 | 70 |
| Обед | Свекольник  | 150,0 | 62 | 180,0 | 75 |
| Жаркое по-домашнему. | 150,0 | 248 | 180,0 | 297 |
| Салат из зеленого горошка | 30,0 | 28 | 40,0 | 37 |
| Сок фруктовый | 150,0 | 0 | 181,5 | 83 |
| Хлеб | 30,0 | 52 | 40,0 | 70 |
| Упл.полдник | Рагу овощное. | 150,0 | 120 | 200,0 | 160 |
| Ватрушка с повидлом. | 45,0 | 149 | 60,0 | 219 |
| Кисель из свежих ягод | 150,0 | 0 | 180,0 | 85 |
| Хлеб | 20,0 | 35 | 25,0 | 44 |
| Апельсин | 95,0 | 43 | 98,6 | 44 |

 |