|  |  |
| --- | --- |
| **Меню** |  |
| **4 мая 2021 г.** |  |
|

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | Ясли 12 часов | Сад 12 часов |
| Прием пищи | Наименование блюда | Вес | Калорийность | Вес | Калорийность |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная. | 152,0 | 172 | 193,0 | 218 |
| Кофейный напиток с молоком | 150,0 | 68 | 180,0 | 82 |
| Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант). |  |  | 60,0 | 141 |
| Бутерброды с джемом или повидлом ясли. | 50,0 | 162 |  |  |
| II Завтрак | Молоко свежее | 100,0 | 60 | 150,9 | 91 |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем  | 150,0 | 65 | 180,0 | 78 |
| Гуляш из говядины ( 60\40 ). |  |  | 90,0 | 151 |
| Гуляш из говядины ( 50\30 ). | 70,0 | 234 |  |  |
| Каша гречневая рассыпчатая. | 80,0 | 102 | 100,0 | 128 |
| Кисель из свежих ягод | 150,0 | 71 | 180,0 | 85 |
| Салат из моркови | 30,0 | 41 | 40,0 | 55 |
| Хлеб | 30,0 | 52 | 40,0 | 70 |
| Соль йодированная (сотр) |  |  | 6,0 | 0 |
| Упл.полдник | Салат "Степной" из различных овощей | 100,0 | 130 | 150,0 | 195 |
| Сдоба обыкновенная. | 45,0 | 145 | 60,0 | 193 |
| Сок фруктовый | 150,0 | 69 | 200,0 | 92 |
| Хлеб | 20,0 | 35 | 25,0 | 44 |
| Яйцо вареное | 1,0 | 63 | 1,0 | 64 |

 |