|  |  |
| --- | --- |
| **Меню** |  |
| **20 мая 2021 г.** |  |
|

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | Ясли 12 часов | Сад 12 часов |
| Прием пищи | Наименование блюда | Вес | Калорийность | Вес | Калорийность |
| Завтрак | Каша "Дружба". | 152,0 | 169 | 193,0 | 215 |
| Кофейный напиток с молоком | 150,0 | 68 | 180,0 | 82 |
| Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант). |  |  | 50,0 | 118 |
| Бутерброды с джемом или повидлом ясли. | 37,0 | 120 |  |  |
| II Завтрак | Кефир | 120,0 | 57 | 158,3 | 75 |
| Обед | Суп картофельный с рыбой. | 150,0 | 116 | 180,0 | 139 |
| Тефтели из говядины в молочном соусе. | 70,0 | 93 | 90,0 | 120 |
| Пюре из свеклы или моркови | 100,0 | 83 | 130,0 | 108 |
| Салат из свежих помидоров | 30,0 | 34 | 43,0 | 49 |
| Напиток лимонный | 150,0 | 74 | 180,0 | 89 |
| Хлеб | 30,0 | 52 | 39,0 | 68 |
| Упл.полдник | Сырники из творога запеченные. | 100,0 | 227 | 130,0 | 295 |
| Соус молочный. | 20,0 | 28 | 30,0 | 41 |
| Молоко свежее | 140,0 | 84 | 159,0 | 96 |
| Батон "Умница" | 30,0 | 69 | 43,7 | 100 |

 |