|  |  |
| --- | --- |
| **Меню** |  |
| **22 апреля 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 | 140,0 | 66 | 166,0 | 78 |
| 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 | 42,0 | 48 |
| Напиток лимонный | 160,0 | 79 | 190,0 | 94 |
| Хлеб | 35,0 | 61 | 45,0 | 78 |
| Упл.полдник | Сырники из творога запеченные. | 105,0 | 238 | 138,0 | 313 |
| Соус молочный. | 20,0 | 28 | 30,0 | 41 |
| Молоко свежее | 140,0 | 84 | 168,8 | 101 |
| Батон "Умница" | 30,0 | 69 | 40,3 | 92 |

 |