М

|  |
| --- |
| **Меню** |
| **23 апреля 2021 г.** |
| |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | |  |  | Ясли 12 часов | | Сад 12 часов | | | Прием пищи | Наименование блюда | Вес | Калорийность | Вес | Калорийность | | Завтрак | Каша геркулесовая молочная. | 152,0 | 144 | 193,0 | 183 | | Чай с молоком | 150,0 | 65 | 180,0 | 79 | | Бутерброд с маслом | 30,0 | 69 | 40,0 | 92 | | Масло сливочное. | 3,0 | 13 | 3,9 | 18 | | II Завтрак | Молоко свежее | 100,0 | 60 | 120,8 | 73 | | Обед | Суп картофельный с бобовыми 2 вариант | 150,0 | 59 | 180,0 | 71 | | Рыба, тушенная в томате с овощами . | 100,0 | 102 | 120,0 | 122 | | Картофельное пюре. | 120,0 | 116 | 130,0 | 125 | | Салат из свеклы и моркови | 30,0 | 38 | 40,0 | 50 | | Компот из плодов и ягод сушеных | 150,0 | 69 | 180,0 | 83 | | Хлеб | 30,0 | 52 | 40,0 | 70 | | Упл.полдник | Фрикадельки из говядины паровые. | 50,0 | 118 | 60,0 | 141 | | Капуста тушеная | 120,0 | 94 | 140,0 | 110 | | Чай с сахаром, вареньем, медом. | 150,0 | 37 | 180,0 | 44 | | Хлеб | 20,0 | 35 | 25,0 | 44 | | Яблоки | 105,0 | 47 | 109,2 | 49 | | |