



**МЕНЮ 03.05.2024**

Наименование приёма пищи	Масса порции		Калорийность порции	
	ясли	сад	ясли	сад
<b>Завтрак:</b>				
Бутерброд с маслом	30	45	80	123
Кофейный напиток с молоком	150	180	76	81
Каша вязкая молочная манная	170	200	128,6	160
	350	425	284,6	439
<b>2 завтрак:</b>				
Сок	100	100	44.5	44.5
Батон пшеничный	10	20	23.9	47.8
	110	120	68.7	92.6
<b>Обед:</b>				
Суп картофельный рыбный с крупой	150	250	82	109
Котлета мясная	60	80	108	144
Пюре картофельное	110	150	125	163
Огурец соленый (кусочком)	40	50	42	52
Компот из сухофруктов	150	200	74	86
Хлеб ржано- пшеничный	30	40	56.4	75.2
	540	72	482	630
<b>Полдник:</b>				
Кефир	150	180	75	90
Свежие фрукты	85	85	57	57
Печенье	10	20	40,7	81,4
	245	285	172,7	228,4
<b>Ужин:</b>				
Рагу овощное	170	170	177	177
Яйцо вареное 1/2	40	40	31,50	31,5
Чай с сахаром	180	200	39.7	53.06
Бутерброд с маслом	34	45	78	108
	425	455	326	369
	1670	2005	1334	1685