



**МЕНЮ 22.11.2024**

Наименование приёма пищи	Масса порции		Калорийность порции	
	ясли	сад	ясли	сад
<b>Наименование блюда</b>				
<b>Завтрак:</b>				
Бутерброд с маслом и сыром	30	50	92	145
Чай с молоком	180	200	91	113
Каша вязкая молочная пшенная	180	200	177	203
	390	425	360	461
<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 с макаронными изделиями, с мясом	150	200	90,9	121,2
Мясо птицы со сметанным соусом	60	80	135	168,07
Каша гречневая рассыпчатая	110	150	108	128
Салат из моркови	45	50	29,8	34,8
Кисель из свежемороженых ягод	150	200	45	60
Хлеб ржано- пшеничный	30	40	56.4	75.2
	545	710	484	587
<b>Полдник:</b>				
Кефир	150	180	75	90
Свежие фрукты	89	89	44	44
Батон пшеничный	10	20	40,7	81,4
	199	229	159.7	215,4
<b>Ужин:</b>				
Суфле из печени	50	70	115	125
Салат из свеклы	100	110	64,13	75,7
Чай с сахаром	200	200	39.7	53.06
Булочка домашняя	60	80	140,8	192,6
	390	450	359,6	446,1
	1669	2026	1431	1802