

**Меню на 20 декабря 2024г.**

	<i>ясли</i>		<i>дошкольники</i>	
	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал	выход блюда в гр	энергетическая ценность в кал
<b>Завтрак 8-00</b>				
Сыр порциями	10	53	10	53
Каша молочная "Дружба"(рис, пшено) с маслом сливочным	130	245	150	245
Батон	30	103	30	103
Чай с лимоном	180	36	180	36
<b>итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>437</b>	<b>370</b>	<b>437</b>
<b>Второй завтрак 10-00</b>				
Йогурт питьевой	100	47	100	47
<b>Обед 12-00</b>				
Суп крестьянский (без крупы) со сметаной	155	119	205	119
Запеканка картофельная с мясом/ салат из моркови с яблоком	150/30	271	180/50	271
Компот из свежих яблок	150	74,1	180	74,1
Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной/30/20	50	125	50	125
<b>итого за обед</b>	<b>520</b>	<b>589,1</b>	<b>630</b>	<b>589,1</b>
<b>Полдник 15-00</b>				
Макароны с овощами	100	178,2	100	178,2
Печенье сахарное	30	216,7	50	216,7
Чай с молоком	150	95,4	180	95,4
Хлеб ржаной	10	19	10	19
<b>итого за полдник</b>	<b>290</b>	<b>509,3</b>	<b>340</b>	<b>509,3</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1260</b>	<b>1582,4</b>	<b>1440</b>	<b>1582,4</b>