

Меню на 21.03.2025г

| | ясли | | * дошкольники | |
|--|------------------|----------------------------------|------------------|----------------------------------|
| <i>Завтрак 8-00</i> | выход блюда в гр | энергетическая ценность в кал | выход блюда в гр | энергетическая ценность в кал |
| 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 |
| итого за завтрак | 350 | 437 | 370 | 437 |
| <i>Второй завтрак 10-00</i> | | | | |
| Йогурт питьевой | 100 | 47 | 100 | 47 |
| <i>Обед 12-00</i> | | | | |
| Салат из моркови с яблоком | 30 | 62 | 50 | 62 |
| Суп крестьянский (без крупы) со сметаной | 155 | 119 | 205 | 119 |
| Гуляш из отварного мяса | 60 | 201,2 | 80 | 266,4 |
| Пюре картофельное | 110 | 136 | 130 | 136 |
| Компот из свежих яблок | 150 | 74,1 | 180 | 74,1 |
| Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной/30/20 | 50 | 125 | 50 | 125 |
| итого за обед | 555 | 717,3 | 695 | 782,5 |
| <i>Полдник 15-00</i> | | | | |
| Каша гречневая молочная | 130 | 115,6 | 150 | 133,4 |
| Печенье сахарное | 30 | 216,7 | 50 | 216,7 |
| Чай с молоком | 150 | 95,4 | 180 | 95,4 |
| Хлеб ржаной | 10 | 19 | 10 | 19 |
| итого за полдник | 320 | 446,7 | 390 | 464,5 |
| Итого за день | 1325 | 1648 | 1555 | 1731 |