

**Меню**

|                            |                                                             | Ясли 12 часов |                  | Сад 12 часов |                  |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------|------------------|--------------|------------------|
| Прием пищи                 | Наименование блюда                                          | Вес           | Калорийн<br>ость | Вес          | Калорийн<br>ость |
| 21 января 2025 г.          |                                                             |               |                  |              |                  |
| Завтрак                    | Каша рисовая молочная жидкая                                | 153,8         | 220              | 205,0        | 294              |
|                            | Кофейный напиток с молоком (2-й вариант) с сухим<br>молоком | 180,0         | 82               | 180,0        | 82               |
|                            | Батон нарезной                                              | 27,0          | 76               | 37,7         | 105              |
|                            | Масло сливочное (порция)                                    | 3,0           | 20               | 3,0          | 20               |
| Второй<br>завтрак          | Компот из свежемороженных ягод(ягодная смесь)               |               |                  | 180,0        | 67               |
|                            | КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША,<br>РЯЖЕНКА, АЙРАН           | 140,0         | 88               | 156,1        | 98               |
| Обед                       | Щи из свежей капусты с картофелем(с чесноком)               | 150,0         | 66               | 200,0        | 88               |
|                            | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ-<br>свин.(с чесноком)   | 60,0          | 295              | 75,0         | 368              |
|                            | Капуста тушеная                                             | 120,0         | 173              | 150,0        | 217              |
|                            | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                     | 180,0         | 72               | 180,0        | 72               |
|                            | Хлеб                                                        | 40,0          | 70               | 46,4         | 81               |
| Уплотненн<br>ый<br>полдник | Салат овощной с зеленым горошком                            |               |                  | 150,0        | 167              |
|                            | Пудинг из творога (паровой)                                 | 90,0          | 195              | 118,0        | 256              |
|                            | Соус сметанный №340                                         | 30,0          | 38               | 30,0         | 38               |
|                            | Чай с сахаром                                               | 160,0         | 33               | 180,0        | 37               |
|                            | Батон нарезной                                              | 30,0          | 84               | 30,0         | 84               |

