

## Меню 22 марта 2024 года

	Наименование блюда	Выход блюда			
		В граммах		В калориях	
		ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	Каша пшеничная жидкая	130	150	142,7	175,5
	Бутерброд с маслом	30	50	75,3	125,5
	Чай с лимоном	180/5/7	180/5/7	22,7	23,2
II завтрак	Сок	150	200	68,9	97,6
Обед	Салат из кукурузы (консервированной)	40	60	35,6	53,1
	Суп картофельный с макаронами с курицей и сметаной	180	180	145,8	146,4
	Рулет из рыбы	60	80	108,5	143,2
	Рис с овощами	40/70	-	108,1	-
	Рис отварной	-	130	-	172,8
	Напиток из плодов шиповника	150	180	68,4	82,2
	Хлеб ржаной	20	30	33,8	50,6
	Хлеб пшеничный	15	20	30,1	40,1
Полдник	Сырники из творога с молоком сгущенным	120/10	130/20	152,5	198
	Напиток кисломолочный «Снежок»	150	200	117,0	156
Ужин	Салат из свеклы	40	60	36,5	54,6
	Оладьи из печени	60	80	86,6	131,5
	Капуста тушеная	120	150	88,4	120,5
	Кисель ягодный	180	200	61,2	76,8
	Хлеб ржаной	30	20	50,6	33,8