



МЕНЮ

На 28 января 2025 года

Наименование продукта	Выход		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак				
Каша «Дружба» молочная	150	200	148.17	197.56
Бутерброд с маслом	25	35	105.7	136.0
Какао с молоком	160	180	95.12	107.01
2 завтрак				
Сок фруктовый	100	100	46.0	46.0
Обед				
Соленый помидор	30	40	27.63	36.84
Борщ на к/б со сметаной	180	200	73.8	82.0
Гречка отварная	130	150	162.7	202.92
Гуляш из мяса птицы	60	70	99.6	142.25
Компот из смеси сухофруктов	150	180	84.75	101.7
Хлеб пшен/ржан	20/20	20/30	47.3/34.66	47.3/52.0
Полдник				
Булочка	60	70	225.38	274.61
Чай с сахаром	150	200	33.33	44.4
Ужин				
Картофель, тушенный в соусе	150	200	127.4	174.2
Чай с сахаром	180	200	39.96	44.4
Хлеб пшен/ржан	20/20	20/20	47.3/34.66	47.3/34.66

Рекомендации родителям

На вечерний прием пищи: фрукты, йогурт.

Медсестра  Ю.В Ирейкина