



# МЕНЮ

19 декабря 2023г

Ясли/сад

## ЗАВТРАК

Макароны с сыром - 150/170 гр (Ккал – 195,0/221,0)

Батон - 30/30 гр (Ккал – 79,1/79,1)

Какао с молоком - 150/180 мл (Ккал – 91,33/109,6)

## 2 ЗАВТРАК

Мандарин – 110/120 гр (Ккал – 47,3/51,6)

Сок овощной – 100/100 мл (Ккал – 43/43)

## ОБЕД

Салат из св. помидор. с горош. конс. – 40/60 гр (Ккал – 35,66/53,5)

Суп рыбный с пшеном – 180/200 гр (Ккал – 126,83/140,93)

Зраза курин.с омлетом - 70/80 гр (Ккал – 151,63/173,3)

Картофель,запечен.в сметан.соусе –105/110 (Ккал – 111,1/116,4)

Кисель из клюквы – 150/170 мл (Ккал – 126,7/143,6)

Хлеб - 40/55 гр (Ккал – 94,24/138,73)

## ПОЛДНИК

Булочка «Розовая» – 50/70 гр (Ккал – 130,4/182,56)

Варенец - 200/200 мл (Ккал – 121,2/121,2)

## УЖИН

Тефтели рыбные с соусом - 70/80 гр (Ккал – 99,61/113,84)

Рагу овощное – 110/120 гр (Ккал– 136,4/148,8)

Чай с лимоном - 150/200 мл (Ккал – 33,41/40,1)

Хлеб - 40/55 гр (Ккал – 94,24/106,02)

