

**МЕНЮ НА «20» июня 2023 ГОД**

<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход блюдо - ясли</b>	<b>энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Выход блюд – сад</b>	<b>энергетическая ценность (ккал)</b>
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша рисовая молочная с м/сливочным	150 гр.	179,5 ккал	180 гр.	215,41 ккал
½ яйца	40 гр.	68 ккал	40 гр.	68 ккал
Какао на молоке сладкое	150 гр.	127,37 ккал	180 гр.	152,84 ккал
Хлеб белый с маслом сливочным, сыр	30/8/8 гр.	85,3 ккал	40/10/ 10 гр.	171,4 ккал
<b>II завтрак</b>				
Апельсин	100 гр.	46 ккал	100 гр.	46 ккал
<b>ОБЕД</b>				
Хлеб ржаной	40 гр.	59,4 ккал	51 гр.	75,74 ккал.
Салат из свежих огурцов с маслом растительным	45 гр.	33,91 ккал	45 гр.	33,91 ккал
Суп с клецками с мясом	180 гр.	102,82 ккал	200 гр.	114,24 ккал
Пюре картофельное с маслом сливочным	100 гр.	182,81 ккал	120 гр.	219,37 ккал
Котлета из печени	50 гр.	93,15 ккал	60 гр.	111,78 ккал
Лимонный напиток с курагой	150 гр.	52,03 ккал	180 гр.	62,44 ккал
<b>ПОЛДНИК</b>				
Плюшка	50 гр.	144,74 ккал	60 гр.	173,69 ккал
Чай сладкий	150 гр.	36,96 ккал	180 гр.	44,35 ккал
<b>УЖИН</b>				
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150 гр.	270,51 ккал	180 гр.	324,61 ккал
хлеб белый	30 гр.	59,7 ккал	40 гр.	79,6 ккал
Чай сладкий	150 гр.	72,8 ккал	180 гр.	84,0 ккал