

**Меню
3 марта 2023 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	130,0	106	150,0	122
	Чай с молоком	150,0	52	180,0	62
	Батон "Умница"	30,0	69	38,3	88
	Масло сливочное	3,0	22	3,8	28
	Сыр	13,0	42	20,0	64
Второй завтрак	Простокваша	160,0	80	195,0	97
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150,0	112	190,0	142
	Фрикадельки мясные	25,0	52	25,0	52
	Чеснок	0,1	1	0,0	1
	Рыба, тушенная в томате с овощами.	80,0	96	100,0	120
	Картофельное пюре	110,0	117	130,0	138
	Салат из свеклы с чесноком	30,0	38	50,0	63
	Напиток из шиповника	150,0	35	180,0	42
	Хлеб	30,0	52	43,0	75
Уплотненный полдник	Омлет натуральный	130,0	206	150,0	237
	Булочка "Веснушка"	40,0	133	60,0	199
	Кисель из ягод	150,0	67	180,0	80
	Апельсин	95,0	43	109,4	49

X

Юдина Н.В.
Старшая медсестра