***Меню на 23 ноября 2021год***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюдо** | **Ясли** | **Сад** |
| Выход блюдо | Энергетическая ценность | Выход блюдо | Энергетическая ценность |
| **завтрак** |  |  |  |  |
| Каша рисовая на молоке(жидкая) | 150 |  172  | 180 | 206,5 |
| Какао на молоке | 150 | 108 | 180 | 130 |
| Хлеб пшеничный с сыром  | 20/10 | 93 | 30/15 | 122 |
| **2 завтрак** |  |  |  |  |
| Сок яблочный | 75 | 34,5 | 120 | 55 |
|  |  |  |  |  |
| **обед** |  |  |  |  |
| Салат из свежей моркови | 30 | 39,6 | 50 | 66 |
| Свекольник со сметаной | 150 | 74,6 | 180 | 93,7 |
| Рыба запечённая с картофелем «по-русски» | 150 | 147 | 180 | 176,3 |
| Компот из с/ф | 150 | 82,5 | 180 | 99 |
| Хлеб пшеничный /ржаной | 25/15 | 58,7/26,1 | 30/19 | 70,5/33 |
| **полдник** |  |  |  |  |
| Булочка «домашняя» | 50 | 194 | 50 | 194 |
| Йогурт питьевой | 150 | 130,5 | 200 | 174 |