**Меню на 20 января 2022 год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюдо** | **Ясли** | | **Сад** | |
| Выход блюдо | Энергетическая ценность | Выход блюдо | Энергетическая ценность |
| **Завтрак** | | | | |
| Омлет натуральный | 130 | 145 | 150 | 168 |
| Какао на молоке | 150 | 108 | 180 | 129,6 |
| Хлеб пшеничный с маслом сливочным | 20/4 | 94,4 | 30/5 | 101,9 |
| **2 Завтрак** | | | | |
| сок | 75 | 37,5 | - | - |
| Напиток «Витошка» | - | - | 125 | 60 |
| **Обед** | | | | |
| Салат из отварной свеклы | 30 | 26,7 | 50 | 44,5 |
| Суп гороховый с курой , сметаной и гренками | 150/5 | 95,65/16,7 | 180/10 | 132,39/33,42 |
| Рулет (кура) с овощным рагу | 50/110 | 95/99 | 70/130 | 133/117 |
| Компот из с/ф | 150 | 82,5 | 180 | 99 |
| Хлеб пшеничный /ржаной | 25/15 | 58,7/26,1 | 30/19 | 70,5/33 |
| **Полдник** | | | | |
| Манник | 50 | 145 | 50 | 145 |
| Кисель | 150 | 91 | 200 | 109 |