**Меню на 21 января 2022год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюдо** | **Ясли** | **Сад** |
| Выход блюдо | Энергетическая ценность | Выход блюдо | Энергетическая ценность |
| **завтрак** |
| Каша ячневая на молоке (жидкая) | 150 | 203,2 | 180 | 244 |
| Кофе на молоке  | 150 | 59,3 | 180 | 71,1 |
| Хлеб пшеничный с маслом сливочным | 20/4 | 118,2 | 30/5 | 172,4 |
| **2 завтрак** |
| Яблоко | 180 | 82,8 | 180 | 82,8 |
| **обед** |
| Салат из моркови с яблоком  | 30 | 37,2 | 50 | 60 |
| Суп картофельный с рыбой  | 150 | 86,1 | 180 | 103,3 |
| Жаркое «по-домашнему»  | 150 | 258 | 180 | 344 |
| Компот из с/ф | 150 | 82,5 | 180 | 99 |
| Хлеб пшеничный /ржаной | 25/15 | 58,7/26,1 | 30/19 | 70,5/33 |
| **полдник** |
| Турбинка  | 50 | 215 | 50 | 215 |
| Чай с молоком  | 150 | 65 | 200 | 78,3 |